Dr. LAURA SCHLESSINGER

„Din ce ne-am luat?” ne întrebăm deseori după o ceartă şi recunoaştem ca motivul a fost banal, prostesc, stupid. Totuşi, un astfel de motiv poate duce la despărţire, la momentul în care bine cunoscutul „ne-am luat din dragoste” nu mai are valoare.

Azi mai multe cupluri se desfac decât se fac, femeia nu se mai mulţumeşte doar cu rolurile de mamă şi de stăpână a casei, iar bărbatul nu vrea să şi-l asume pe cel de cap al familiei. Pentru amândoi libertatea, cariera, pasiunea sunt valori mai importante decât familia.

— Aşa cum observa dr. Laura Schlessinger, „... se clatină totul! Modelele se dărâmă. Vârsta nu mai aduce înţelepciune. Decenţa este atacată din toate părţile!”

Autoar a căiţii; 0 motive stupide care distrug un cuplu vă oferă posibilitatea de a vă recunoaşte greşelile, vă ajută să depăşiţi egoismul, priorităţile false, legăturile întâmplătoare, lupta pentru putere şi alte motive stup e cure distrug relaţia de cuplu.

O faimoasă pledoarie pentru adevăratele valori familiale negate azi cu prea multă uşurinţă.

Dr. Laura Schlessinger, licenţiată în biologie, doctor în fiziologie şi reputat consilier matrimonial din S.U.A., este realizatoarea unei emisiuni de radio cu audienţă internaţională şi autoarea a cinci cărţi de succes, clasate pe primele locuri în topul vânzărilor de carte realizat de New York Times.

Audienţa impresionantă a emisiunii sale de radio, cât şi tirajele cărţilor scrise de ea au dovedit că Dr. Laura Schlessinger este un expert în rezolvarea lucrurilor stupide prin care oamenii îşi sabotează fericirea şi pe ei înşişi. În cărţile de succes pe care le-

a publicat, 10 lucruri stupide prin care femeile îşi distrug viaţa şi 10 lucruri stupide prin care bărbaţii îşi distrug viaţa, ea îndeamnă cititorii să-şi asume răspunderea pentru acţiunile lor şi să se respecte atât pe ei înşişi, cât şi pe oamenii din viaţa lor.

Acum, realizatoarea cunoscutei emisiuni de radio atacă o altă problemă dificilă şi complicată: modul în care femeile şi bărbaţii îşi fac rău lor înşile şi unii altora în cadrul unei relaţii sentimentale.

www.driaura.com este site-ul prin intermediul căruia puteţi intra în contact cu Dr. Laura Schlessinger şi puteţi obţine răspunsuri la întrebările dumneavoastră.

dr. Laura Schlessinger

10 MOTIVE STUPIDE care distrug un cuplu

Lui Deryk şi Lew, care au făcut ca atât suişurile, cât şi coborâşurile să merite pe deplin.

Mulţumiri

Le sunt recunoscătoare celor care au fost alături de mine în vremuri de suferinţă şi de confuzie, incluzând aici familia, prietenii, colegii şi ascultătorii mei de radio.

Îi mulţumesc şefului meu de echipă, Keven Bellows; preşedintelui postului de radio Premiere, Kraig Kitchen; şi oamenilor minunaţi care lucrează la emisiunea mea de radio, Cornelia Koehl, Michelle Anton, DeWayne McDaniel şi Dan Galanţi. Emisiunea mea este motorul unei fundaţii pe care am înfiinţat-o pentru copiii neglijaţi sau molestaţi (numită „My Stuff”), iar Janine Holmes este mecanicul acestui tren al carităţii.

Mă simt norocoasă pentru că am prieteni loiali pe care mă pot baza şi fără de care viaţa ar fi o încercare mult mai grea. Vreau să mulţumesc în mod special rabinului Moshe Bryski şi întregii organizaţii

Chabad pentru că mă ajută să păstrez legătura cu religia mea iudaică – uneori chiar în pofida preocupărilor mele.

Diane Reverand, redactorul şi editorul meu (cunoscută şi sub numele de Preotul Diane1), mi-a fost alături pe – parcursul publicării a şase cărţi. O respect atât de mult încât sunt paralizată de emoţie în momentul în care văd că o frază nu este marcată cu roşu.

Îi mulţumesc lui Hashem. În ciuda faptului că uneori misiunea mea mi se pare prea împovărătoare, îi sunt recunoscătoare pentru darurile primite şi pentru ocazia pe care t» am de a realiza ceva valoros. Sper că mă voi ridica la înălţimea aşteptărilor lui Hashem.

Dr. Laura C. Schlessinger Aprilie 2001

Introducere

Volumul 10 lucruri stupide prin care femeile îşi distrug viaţa a fost publicată în 1994, iar volumul 10 lucruri stupide prin care bărbaţii îşi distrug viaţa a ajuns în librării în 1997. Scriu aceste rânduri în ianuarie 2001 şi, după părerea mea, lucrurile se înrăutăţesc pe zi ce trece. În urma discuţiilor pe care le-am avut cu zeci de mii de bărbaţi, femei şi copii de-a lungul unui sfert de veac în cadrul emisiunii mele de radio, am observat că ultimele decade ale acestui mileniu au fost înfiorător de distructive pentru capacitatea bărbaţilor şi femeilor de a stabili legături, a-şi lua angajamente şi a se bucura de formarea unei familii.

Această carte nu este un documentar despre atacurile urâte şi necontenite faţă de exprimarea sănătoasă a calităţilor unice pe care le au masculinitatea, feminitatea, căsătoria, familia şi statutul de părinte; m-am ocupat cu pasiune de aceste aspecte în cartea mea Parenthood by Proxy (A

fi părinte prin intermediul tutorilor), reeditată mai târziu cu titlul Stupid Things Parents Do to Mess Up Their Kids (Motive stupide care distrug relaţia părinte-copil). În această lucrare este vorba despre problemele pe care le au bărbaţii şi femeile în încercarea de a găsi „pacea în iubire" într-o societate americană care nu încurajează în niciun fel legăturile spirituale şi bucuria angajamentului mutual faţă de obligaţii, componente care, aşa cum fiecare om va recunoaşte pe patul de moarte, sunt însăşi fundaţia unei vieţi pline de sens.

Societatea americană este cel mai bine definită de natura copiilor şi tinerilor săi adulţi. Pentru copiii noştri, castitatea înseamnă sex oral şi anal – adică tot ceea ce nu în I seamănă penetrare vaginală! (Mulţumim, domnule Preşedinte Clinton!)

Copiii noştri consideră că un angajament este în cel mai fericit caz temporar, aşa că de ce să ne mai căsătorim – putem pur şi simplu să trăim împreună. (Mulţumim multora dintre părinţi.)

Copiii noştri cred că nu trebuie să preţuiască relaţiile, ci că relaţiile trebuie să ne servească pe noi, exact ca nişte sclavi; iar când relaţia nu mai „merge" – treci mai departe şi îţi vezi de drum. (Mulţumim părinţilor care şi-au părăsit copiii pentru a se „regăsi" sau pentru a întâlni „adevărata fericire" – de obicei, în lenjeria intimă a altcuiva.)

Pentru copiii noştri, copiii nu sunt foarte importanţi. Dacă ar fi atât de importanţi, de ce ar mai pleca părinţii de lângă ei, de ce s-ar căsători cu altcineva, de ce ar avea alţi copii şi de ce ar refuza să îi mai vadă pe ei? Dacă sunt importanţi, cum se face că mămica şi tăticul nu îşi văd copiii decât câteva minute pe zi, atunci când îi trimit la culcare? Şi dacă într-adevăr copiii sunt importanţi, cum se face că unii

dintre ei nu îşi cunosc tatăl?

Copiii noştri nu ştiu ce ar trebui să facă în legătură cu rolul lor de bărbat sau femeie, de soţ sau soţie, de mamă sau tată. Nu există definiţii şi nu există manuale de utilizare; sau, în orice caz, nu pentru comportamente sănătoase. Există însă ostilitate pentru tot ceea ce este masculin şi există o mentalitate a victimizării în legătură cu tot ceea ce este feminin; nu prea are nimeni nevoie să fie căsătorit; părinţii pot fi înlocuiţi de ajutoare specializate şi de tehnologie.

Copiii noştri nu ştiu cum să înfrunte viitorul cu toate aceste incertitudini şi tot acest haos care caracterizează societatea noastră. În legătură cu confuzia, resentimentele şi comportamentele stupide ale oamenilor de astăzi în relaţiile pe care le au cu sexul opus, cel mai tare ne atrag atenţia noile norme, care sunt devastatoare.

Nu este necesar ca intimitatea sexuală să însemne ceva.

Angajamentele pe care le faci depind de sentimentele pe care le ai la un moment dat şi de împrejurări.

Nu numai că este acceptat, dar este chiar necesar să ai experienţă sexuală care să includă o gamă largă de tehnici, parteneri şi genuri. Campusuri universitare precum Penn State U. şi State University of New York din Albany organizează activităţi studenţeşti care, sub aparenţa unei educaţii pentru păstrarea sănătăţii, promovează sado-ma-sochismul şi alte manifestări vulgare. Cu alte cuvinte, nimic din ceea ce faci nu este greşit, acţiunile tale nu pot fi condamnate; oamenii trebuie să fie liberi să se exprime în modurile cele mai primare.

Consider că am trăit şi ne-am jucat suficient de

mult timp cu aceste noţiuni pentru a putea decide dacă acest experiment este o reuşită sau un eşec. Rezultatele vorbesc de la sine. Acest experiment este un eşec, iar motivul este simplu: fiinţele umane au nevoi – nu doar curiozităţi şi dorinţe temporare – oamenii au nevoi. Nevoia profund umană de a avea o relaţie solidă, bazată pe iubire, precum şi siguranţa pe care aceasta o oferă, nu este împlinită de mentalitatea „libertate pentru toţi", care promite doar momentul, nu şi viitorul.

Am primit de curând, în emisiunea mea, un telefon care evidenţiază acest adevăr. O tânără de aproximativ 20 de ani mi-a vorbit de durerea pe care i-au provocat-o două trădări. Ea este din Australia şi se află în Statele Unite pentru o perioadă de trei luni, în cadrul unui program de

„Experienţă educaţională". Prietenul ei, cu care are o relaţie de trei ani, tocmai i-a trimis un mesaj prin poşta electronică în care îi spune că se află deja în patul şi în trupul altei persoane. Tânăra a comentat astfel: „Păi… e în regulă, numai că prietenii mei ies în continuare cu el". Vă vine să credeţi? „Iubirea vieţii ei" tocmai a început să „o facă" cu altcineva în timpul scurtei ei absenţe, iar ea nu spune decât că este „în regulă, însă adevărata suferinţă este provocată de pierderea loialităţii prietenilor?

În primul rând, i-am spus că refuză pur şi simplu să accepte că prietenului ei nu îi pasă de ea şi de relaţia lor suficient de mult pentru a rezista „presiunii sexuale interne". I-am explicat faptul că, atunci când tinerii experimentează sexul liber şi „la îndemână, fără obligaţii, doar de dragul de a fi cu cineva, acest lucru este ca un robinet pe care nu îl mai poţi opri. Fidelitatea presupune angajamentul faţă de o persoană şi faţă de un ideal – angajament care lipsea

din vieţile lor.

Tânăra a recunoscut că aşa stau lucrurile.

I-am răspuns apoi la întrebare, dacă era sau nu exagerat din partea ei să presupună că prietenii îi vor fi loiali ei, din moment ce „el a rămt-o. I-am răspuns: „Da, chiar exagerezi”. A fost şocată de răspunsul meu, astfel că i-am explicat: „Tu şi el nu aţi avut un angajament unul faţă de celălalt, însă tu te aştepţi ca prietenii tăi să reacţioneze ca şi cum aţi fi avut un angajament pe care el l-a încălcat. Nu au existat promisiuni, angajamente, jurăminte sau legă-minte. Tot ceea ce aţi avut a fost obişnuinţă şi sex. Astfel încât nu există nicio bază reală pentru ca prietenii tăi să fie nevoiţi să aleagă. Şi ei trăiesc exact în acelaşi mod în care aţi trăit voi doi şi, cu siguranţă, vor să se bucure de aceeaşi libertate pe care şi-a asumat-o prietenul tău”.

Iată la ce se rezumă totul. Această tânără femeie voia să se simtă iubită, preţuită, admirată şi deosebită. Îşi dorea să aibă un angajament de iubire caldă şi care să îi ofere siguranţă. Totuşi, ea nu a făcut nimic pentru a avea un astfel de angajament, pentru că această norma nu mai este valabilă, îşi dorea sprijinul comunităţii în momentul în care sacralitatea relaţiei ei nesanctificată a fost pângărită. Însă acest sprijin nu există. Cu alte cuvinte, normele societăţii contemporane nu încurajează şi nu sprijină romantismul sau existenţa unor relaţii intime sigure, sincere şi preţuite.

În fiecare zi primesc telefoane de la bărbaţi şi femei de toate vârstele, religiile şi etniile, oameni care au educaţie diferită, aparţinând unor medii sociale şi realităţi economice dintre cele mai diverse. Ei îmi telefonează pentru că au probleme şi este din ce în ce mai evident că sursa principală a majorităţii

problemelor o constituie lipsa fundamentală a standardelor morale care să îi călăuzească în luarea unor decizii majore. De ce oare se miră aceşti oameni când văd că pur şi simplu „nu merge”?

Să luăm, de exemplu, problema logodnei, a perioadei în care un bărbat „face curte” unei femei. Cei mai mulţi oameni nici nu cunosc acest cuvânt, ca să nu mai vorbim de folosirea lui în vopabularul sau în vieţile lor. A face curte era cândva o perioadă specială în care oamenii se puteau cunoaşte mai bine şi care beneficia de reguli, supraveghetori, sprijin şi sfaturi. Această perioadă le oferea bărbaţilor şi femeilor ocazia de a cultiva între ei legături de prietenie şi de înţelegere, permiţându-le să ajungă la o adevărată cunoaştere reciprocă. Era o etapă în care erau privilegiate cochetăria şi curtoazia, ca şi discutarea unor probleme precum religie, muncă, familie, copii, cămin, filosofie şi cum se vor putea înţelege cele două familii ale tinerilor.

Logodna le oferea timpul necesar pentru a se cunoaşte unul pe celălalt în profunzime, astfel încât potenţialii parteneri să poată decide dacă vor deveni sau nu intimi.

Nu mai este la modă să faci curte – acum se poartă „intimitatea” la minut. Termenul de bază este „cuplarea, ceea ce presupune că ajungi să faci sex înainte de a şti care este cel de-al doilea prenume al partenerului. Pentru „cuplare” şi „concubinaj” nu este necesar să fii îndrăgostit de idealuri, ţeluri şi promisiuni, cândva inerente unei astfel de apropieri. Cuplarea şi concubinajul se rezumă la a primi fără să dai nimic în schimb. Şi dacă nu mai primeşti, nu este nicio problemă, pur şi simplu mergi mai departe, în alt loc unde te poţi cupla şi convieţui din nou, şi tot aşa la nesfârşit.

Într-un final, aceşti oameni sună la emisiunea mea. Se întreabă ce nu a mers bine. Sunt răniţi sau furioşi şi, cu şi-l guranţă, nedumeriţi. Simt ceea ce este normal să simtă o persoană când pierde o fiinţă iubită, însă au dificultăţi în a recunoaşte că propriul lor comportament a generat pierderea. Relaţiile de genul „cuplare şi concubinaj" nu au profunzime şi nici semnificaţii, nu implică promisiuni, ataşament sau mulţumire. Nu demonstrează existenţa unor valori asumate de către participanţi.

Cele mai triste telefoane le primesc de la bărbaţi şi femei care, după ani de concubinaj şi poate naşterea unui copil sau doi, vor să se căsătorească şi descoperă că celeilalte persoane îi place tocmai această stare de perpetuă nesiguranţă.

Cele mai enervante telefoane vin din partea bărbaţilor şi femeilor care, după ani de concubinaj, îşi dau seama că partenerul nu este „alesul inimii" şi că a venit vremea să meargă mai departe. Mă sună să mă întrebe dacă ar trebui să continue să se întâlnească cu copiii fostului partener şi îşi pun problema dacă acest lucru îi va afecta sau nu pe copii. Recunosc, astfel de telefoane mă scot din sărite. Chiar şi astăzi rămân mută de uimire când văd cât de cavaleri sunt unii cu sufletul, sentimentele şi bunăstarea copiilor.

Atunci când oamenii încep o conversaţie telefonică despre convieţuirea cu o persoană care are deja copii, îi întreb direct dacă ei cred că acest lucru îi învaţă pe copii ceva pozitiv şi care să le dea speranţă pentru viitor. Îmi răspund aproape întotdeauna „Nu", însă continuă povestirea ca şi cum doar sentimentele lor ar fi importante, iar copiii nu ar conta deloc.

Alături de normele sociale actuale – haotice, imorale şi ultralibertine, care ne influenţează comportamentul în mod constant – cea mai mare

problemă pe care o au oamenii în a stabili relaţii este hiperindividualismul. În esenţă, dacă orice este permis şi Dumnezeu nu mă obligă fată de oameni în niciun fel care nu îmi este folositor, înseamnă că filosofia mea de viaţă este următoarea: ceea ce vreau/am nevoie/doresc într-un anumit moment, asta voi face. Dacă toţi oamenii trăiesc astfel, înseamnă că nimeni nu trăieşte pentru altcineva şi nimeni nu este ferit de toanele sau capriciile celorlalţi. Bine aţi venit în America modernă!

Acum 20 de ani probabil că aş fi primit telefoane din partea unor ascultătoare care s-ar fi plâns de faptul că nu reuşesc să găsească un bărbat dispus să îşi ia angajamente. Astfel de telefoane sunt acum rare. Astăzi primesc telefoane de la bărbaţi care nu reuşesc să găsească femei care să se gândească serios la căsătorie, familie, copii. În plus, se pare că este din ce în ce mai greu pentru un bărbat să găsească o femeie pe care să o poată respecta.

Herb, unul dintre ascultătorii mei, îmi scria în iunie 2000:

„Ascultam emisiunea dumneavoastră de radio şi v-am auzit spunând ceva în legătură cu faptul că dumneavoastră încă mai credeţi în cavalerism, dar bărbaţii moderni nu mai privesc această atitudine cu aceiaşi ochi ca în trecut pentru că mişcarea feministă i-a atribuit o conotaţie negativă.

Însă mai există un aspect al acestei probleme. Într-o lume modernă în care femeile se poartă la fel de grosolan, de vulgar şi de urât precum bărbaţii mitocani, nu mai ai pentru cine «să scoţi spada

»; în aceste condiţii, nimeni nu se mai poate aştepta la cavalerism din partea bărbaţilor. Conceptul de a recunoaşte onoarea unei femei, nu mai vorbim de a o proteja, ne este la fel de străin precum peisajul

selenar. Care onoare? Unde?”

O „foarte îngrijorată mamă şi bunică” scria în aceeaşi zi:

„Ce s-a întâmplat cu femeile în ultimii 40 – 50 de ani? Eu personal cred că toate se află în moarte cerebrală atunci când vine vorba despre bunăstare, respect de sine, copii etc. Fac sex în afara căsătoriei fără să se gândească la consecinţe. Este la modă. Mişcarea feministă a crezut că acest lucru le va aduce pe femei la un nivel de egalitate cu bărbaţii…

Bărbaţii adevăraţi respectă femeile care se respectă pe ele însele Feminismul le-a încurajat pe femei să se dăruiască fără a cere nimic în schimb. Şi ghici cine „şi-o trage în cele din urmă!! (scuzaţi jocul de cuvinte). Iar în tot acest timp ele îi fac să sufere pe copiii nevinovaţi, familiile etc. „Primesc mii de scrisori de la tineri şi tinere între 20 şi 30 de ani care încearcă cu disperare să se descurce în noianul de prostii pe care li le-a vândut o cultură populară care nu acordă nicio atenţie adevăratelor nevoi spirituale. Tinere femei, care sunt virgine – pentru a doua oară, caută un înţeles al intimităţii fizice. Iineni bărbaţi şi tinerele femei care declară că îşi păstrează virginitatea pentru noaptea nunţii sunt luaţi în râs şi dispreţuiţi de colegii lor de generaţie, de profesori şi alţi adulţi. Tinere femei care, după ce au născut şi şi-au luat concediul de maternitate de şase săptămâni, îşi dau seama că trebuie să îşi ia concediu permanent, renunţând la carieră, pentru a putea fi un părinte bun şi a realiza o legătură adevărată cu copilul. Şi tineri bărbaţi care nu ştiu unde să o caute pe acea fată demodată, dar care are un sistem de valori.

Karl, unul dintre ascultătorii mei, a accentuat acest aspect:

„Se pare că mişcarea feministă a avut un succes

de răsunet în a distruge dinamicile relaţiilor calde şi cooperante dintre bărbaţi şi femei. Majoritatea femeilor americane sunt acum victimele doctrinei care devalorizează calitatea de tată, dinamica unei relaţii de egalitate şi bărbaţii în genera/. Această doctrină promovează calitatea de mamă singură şi faptul că tatăl (sau un tată) nu este o necesitate, ci mai degrabă un obstacol în calea realizării. Materialismul şi egocentrismul axat pe carieră sunt esenţiale pentru fericirea unei femei, iar asta este tot ceea ce contează.

Şi, doamnă dr. Laura…copiii au ajuns să fie un „moft mişto”, la fel ca maşinile de teren şi alte proprietăţi ale „carieriştilor

Din nefericire, aceasta este atmosfera care predomină pe scena întâlnirilor dintre oameni ca noi, de 30 – 40 de ani. Însă nu trebuie să ne lăsăm intimidaţi, încă mai există speranţă pentru noi, bărbaţii care tânjim după o familie unită, care să se bazeze pe iubire, devotament şi valori familiale.

Dacă rodul unui pom este otrăvit, mergi la un alt pom. În călătoriile mele de afaceri, am cunoscut o femeie întintătoare, apropiată de vârsta mea. Ea întruchipează ceea ce ne dorim noi, bărbaţii americani politicoşi, manieraţi, tandri, comunicativi, devotaţi şi credincioşi. Este talentată şi extrem de inteligentă, însă este interesată şi de întemeierea unei familii iubitoare, formată din doi părinţi, şi ştie că un singur părinte nu este suficient pentru a creşte un copil sau pentru a întări o societate. În plus, apreciază atunci când îi deschid uşa şi faptul că avem o relaţie tandră şi echilibrată. Plănuim să avem copii pe care să nu îi abandonăm la grădiniţe cu program prelungit şi suntem conştienţi amândoi că noua noastră familie va fi foarte importantă pentru noi.

Un mesaj către toţi bărbaţii cavaleri şi sinceri

care există. sunt o mulţime de femei iubitoare în jur, nu renunţaţi la principiile voastre. Nu cedaţi”.

Ştiu ce credeţi… că dau vina numai pe femei pentru haosul social din zilele noastre. Într-adevăr, pun un accent mai mare pe femei pentru că eu consider că femeile au ultimul cuvânt. Ceea ce femeile nu permit, bărbaţii nu pot şi nu vor face. Am învăţat acest lucru de la răposatul meu tată. Această noţiune a constituit sursa de inspiraţie pentru prima mea carte, 10 lucruri stupide prin care femeile îşi distrug viaţa. Eu şi tatăl meu discutam despre responsabilitate, iar el a făcut observaţia că direcţia în care urcă sau coboară moralul şi moravurile într-o cultură depinde de ceea ce fac şi permit femeile. El considera că bărbaţii, dacă ar fi respinşi de femei, nu ar continua să aibă acelaşi comportament din cauza căruia au fost respinşi la început. E) în pântec (mamă) până în vagin (sex), spunea el, bărbaţii sunt judecaţi şi aprobaţi de către femei. Bărbaţii se comportă 4.1 rât atunci când femeile acceptă aceasta – e foarte simplu.

Influenţată de vederile mele feministe de atunci, am argumentat îndârjit împotriva punctului lut de vedere, furioasă pentru că învinovăţea femeile pentru comportamentul urât al bărbaţilor. Acum am ajuns să înţeleg că tatăl meu nu învinovăţea, ci explica şi avea dreptate.

Mişcarea feministă a devenit ostilă relaţiilor heterosexuale în general, iar în particular căsătoriei, calităţii de mamă, modestiei şi valorilor religioase. Femeile ţinere sunt înconjurate de acest noroi libertin şi se împleticesc prin „relaţii**, fiind recunoscătoare pentru pilula contraceptivă de a doua zi şi pilula care provoacă avortul şi contează pe ele pentru a le scoate din încurcăturile care se ţin lanţ. Ani şi ani mai târziu, eu primesc scrisori pline de regrete şi ruşine…

O adolescentă de 16 ani m-a sunat de curând în timpul emisiunii pentru a mi se „confesa. Fusese în casa unei prietene la o petrecere la care băuturile erau asigurate de către părinţi şi îşi făcuse de cap. Am întrebat-o dacă părinţii ei ştiau şi dacă ar fi fost de acord.

„Nu”, a răspuns ea.

„Deci, după ce te-ai ameţit bine, ai început să te giurgiuleşti cu el în văzul tuturor? N-a fost prea demn de respect ceea ce ai făcut, nu crezi?”

„Păi… ni se cam rupsese filmul”.

„Şi apoi ce s-a mai întâmplat?”

„A început să mă ducă în sus pe scări, ca să mergem într-un dormitor şi să facem…”

„Ai o relaţie cu tipul acesta, este un băiat cu care te întâlneşti de mai multă vreme?”

„Nu”.

„Părinţii tăi l-au cunoscut?”

„Nu”. …

„Este doar un tip de la şcoala ta, care s-a nimerit să ţie la petrecere şi cu care te-ai giugiulit şi ţi-ai făcut de cap?

„Da”.

„În cele din urmă, aţi ajuns să faceţi sex într-unul din dormitoarele de la etaj?”

„Nu, mama prietenei mele ne-a văzut când urcam, ne-a spus că nu avem voie să folosim camerele şi ne-a trimis înapoi. Am început din nou să ne giugiulim”.

„Şi, de fapt, ce doreşti să mă întrebi?”

„Păi, m-am simţit prost pentru ceea ce am făcut şi vreau să ştiu ce ar trebui să îi spun când îl voi întâlni la şcoală”.

Regulile aşa-zise demodate includeau, de obicei, noţiunea de părinţi responsabili de copiii lor şi ai

altora. Când adulţii sunt prea permisivi cu consumul de droguri, alcool şi cu actele sexuale, copiii se simt îndreptăţiţi faţă de ceea ce este până la urmă o idee greşită. Această adolescentă cu siguranţă aşa s-a simţit, de vreme ce presiunea prietenilor s-a extins şi asupra părinţilor iresponsabili.

I-am spus fetei cât de uşor este să faci un lucru prostesc care decurge dintr-o altă prostie pe care ai făcut-o anterior: alcool… giugiulit… act sexual. I-am explicat cum toate acestea ar fi putut să o ducă într-o clinică unde se fac avorturi, un cenţi u de adopţii, un centru de consiliere a minorilor cu probleme sau o clinică de boli venerice. I-am sugerat să îi spună băiatului respectiv următorul lucru: „Am făcut o greşeală, mi-e foarte ruşine de ceea ce am făcut şi nu se va mai întâmpla”.

De asemenea, am sfătuit-o să le spună părinţilor ei ce s-a întâmplat.

Ceea ce vreau să subliniez este că lipsa de orientare a copiilor noştri se datorează faptului că noi, ca adulţi, ne-am rătăcit. Iar adulţii dezorientaţi îmbătrânesc din ce în ce mai tare. Se pare că unul dintre cele mai frecvente subiecte cu care se confruntă ascultătorii mei este cel al „bunicilor” aventurieri. Vă vine să credeţi? Cupluri de tineri care sunt căsătoriţi şi au copii mă întreabă ce să facă în legătură cu părinţii lor care convieţuiesc cu cineva fără să fie căsătoriţi: „Ar trebui să le dăm voie să vadă copiii sau „Ar trebui să le facem cunoştinţă copiilor noştri cu iubitul/iubita bunicilor?” sau „Cum să împărţim vacanţele în familie?” şi aşa mai departe. Doamne-Dumnezeule, se clatină totul! Modelele se dărâmă. Vârsta nu mai aduce înţelepciune. Decenţa este atacată din toate părţile!

Cu toate acestea, oamenii înţeleg în cele din

urmă că au nevoie de un cuibuşor cald, fericit şi armonios. Susan a trimis o scrisoare către site-ul meu pe Internet (www.driau-ra.com) în care afirma că trecutul ne învaţă să revenim la ceea ce este bun şi frumos în viaţă şi dragoste:

„L-am cunoscut pe cel care urma să îmi devină soţ în iulie şi ne-am căsătorit în septembrie. Mama mea mi-a spus întotdeauna: «Ai grijă să cunoşti un om în toate cele patru anotimpuri înainte de a te căsători cu el», şi, Doamne, câtă dreptate aveai Trei luni nu înseamnă nici pe departe suficient timp pentru a ajunge să cunoşti caracterul unui om. Soţul meu (actualmente fostul meu soţ) pretindea că s-a debarasat de câteva obiceiuri tare neplăcute când am început să ieşim împreună, însă, aşa cum am spus, trei luni nu ajung pentru a descoperi adevărul. După numai două săptămâni de la nuntă, el a început din nou să consume marijuana, la care spusese că a renunţat definitiv. Un an mai târziu, la două luni după naşterea fiului nostru, s-a reîntors la heroină, despre care spusese că nu s-a mai atins de câţiva ani buni. Se pare că mariajul şi postura de tată erau mai mult decât putea duce şi singurele «unelte» ajutătoare pe care le cunoştea erau drogurile.

Acum sunt mai tristă, dar mai înţeleaptă. Eu şi minunatul meu soţ actual ne cunoşteam de foarte mulţi ani înainte de a începe să ieşim împreună. Amândoi credem că o prietenie trainică este o fundaţie bună pentru o căsnicie solidă. Fiind prieteni, am reuşit să ne cunoaştem cu adevărat caracterul unul altuia cu mult înainte ca acel mic drăcuşor, dorinţa carnală, să se interpună în calea raţiunii. Doamnă dr. Laura, îmi învăţ ambii fii (unul de 10, celălalt de 22

de ani) că, înainte chiar de primul sărut, prin

intermediul unei prietenii trainice se poate învăţa cel mai important lucru pentru o căsnicie reuşită. Înainte de primul sărut poţi gândi cu mintea şi nu cu libidoul. Şi le mai spun: «Aveţi grijă să cunoaşteţi un om în toate cele patru anotimpuri înainte de a vă căsători». Hmmm… oare unde am mai auzit eu acest lucru? a

În semn de recunoştinţă pentru contribuţiile celor 20 de mihonane de ascultători care mi-au telefonat, mi-au trimis scrisori, mesaje prin poşta electronică sau faxuri, ofer această carte tuturor celor care sunt loiali celor patru anotimpuri.

Dr. Laura Schlessinger Ianuarie, 2001

Secrete stupide „Doamnă dr. Laura, ar trebui oare să îi spun femeii cu care mă întâlnesc că am fost managerul şi proprietarul unui bordel şi când ar trebui să fac asta?”

Credeţi sau nu, aceasta a fost o întrebare pe care am primit-o recent de la un ascultător al emisiunii mele de ra. dio. Deşi această întrebare ar putea provoca zâmbete sau chiar hohote de râs, chestiunea fundamentală este importantă: este sau nu cazul, şi ce fel de informaţii din trecut eşti obligat să divulgi pe perioada primelor întâlniri, logodnei sau căsătoriei? Şi ce se întâmplă dacă trecutul înseamnă săptămâna trecută? Ba mai mult decât atât, există vreun pericol în a spune „tot adevărul şi numai adevărul”?

Tot ceea ce este intim este şi secret?

Atunci când decizi „ce anume să spui” prima chestiune la care trebuie să reflectezi este aceea dacă eşti capabil să faci diferenţa între secret şi intim. Această distincţie nu este deloc o chestiune minoră sau lipsită de importanţă. De curând i-am întrebat pe ascultătorii mei care sunt opiniile şi experienţele lor referitoare la secrete şi intimitate. Dintre toate întrebările pe care le-am pus în emisiunea mea,

aceasta a primit cele mai detaliate şi mai rapide răspunsuri. Iată câteva dintre aceste răspunsuri:

r „Intimitatea este ceva ce «dăruieşti» celuilalt din respect. Secretele sunt cele pe care le «ascunzi» de celălalt”.

„Intimitatea înseamnă atunci când vrei să te duci la baie sau să te cureţi în nas fără ca partenerul să te vadă – sau atunci când încerci să îi cumperi un ca-dou-supriză. Secretele sunt atunci când te simţi vinovat de ceva despre care nu poţi vorbi cu partenerul.

„Dacă partenerii au secrete, atunci înseamnă că tind spre separare. Secretele clădesc lipsa de încredere, rezerva, intimitatea păzită a inimii şi resentimentele

— Iar toate acestea duc la amărăciune. Intimitatea este ceva care aparţine numai individului şi nu ar trebui să includă nimic din ceea ce ar putea afecta în vreun fel cele două părţi sau familia.

„După părerea mea, intimitatea în căsătorie înseamnă spaţiul propriu. Presupune adevăr şi respect. Celălalt partener este conştient de acest spaţiu şi îl respectă fără niciun fel de intruziuni. Cu toţii avem nevoie de timp pentru noi înşine, altfel am înnebuni! Cred că secretele sunt distructive într-o căsnicie – sunt o dovadă a lipsei de încredere şi de respect. Ele sunt ceva despre care partenerul nu ştie şi, prin urmare, sunt o minciună”.

„Intimitatea este ceva ce preţuim în interiorul nostru. Este ceva ce hotărâm să împărtăşim treptat. Gândurile mele sunt intime şi decid să împărtăşesc bucăţi, fragmente. Secretele sunt dăunătoare dacă presupun necinste şi neîncredere şi compromit integritatea şi moralitatea”.

„Intimitatea înseamnă un timp pe care ni-l rezervăm pentru noi înşine sau pentru chestiuni

spirituale.

Cred că secretele într-o căsnicie pot fi o formă de înşelăciune”.

«Noţiunea de intim se referă la ascunderea unor informaţii care te privesc pe tine însuţi, a căror dezvăluire nu i-ar fi de niciun folos partenerului şi pe care nu doreşti să le împărtăşeşti.

Secretele, pe de altă parte, înseamnă ascunderea unor informaţii care pot influenţa financiar, spiritual, fizic sau mental bunăstarea partenerului. Intimitatea este acceptabilă. Secretele nu sunt acceptabile, decât dacă îl feresc pe partener de suferinţă”.

„Intimitatea înseamnă să foloseşti baia (mai ales când e vorba de miros), să îţi pensezi sprâncenele, să te scobeşti în nas, să îţi storci coşurile… toate lucrurile acestea mărunte care sunt destul de neplăcute chiar şi când le faci singur, nu mai vorbim să fie şi partenerul de faţă!

Secretele înseamnă să nu îi spui partenerului că îi pregăteşti o surpriză specială… în mod cert, nu ceva ce ar putea răni partenerul sau ar putea face rău căsniciei”.

Defecare dată când primesc un telefon referitor la „a spune” ceva unei persoane apropiate, prima parte a discuţiei se referă întotdeauna la diferenţa între ce este intim şi ce este secret. Nu numai că doresc ca oamenii să fie integri în comportamentul lor faţă de alţii, dar este vital pentru propria bunăstare să fie toleranţi cu ei înşişi şi să îşi păstreze o demnitate onorabilă. Prea mulţi oameni cred că trebuie să se disece până la os pe masa de operaţii a primelor întâlniri pentru a se spăla de păcate. Aceştia sunt oamenii care nu au deloc simţul intimităţii. Alţii sunt atât de plini de dispreţ faţă de ei înşişi, încât vor să ţină totul înăuntru, de teamă că pentru ei nu există

iertare sau posibilitate de progres. Aceştia sunt oamenii pentru care absolut orice devine un secret.

Este o dovadă de sănătate mentală să fii capabil să ac „cepţi limitările cuiva, cicatricele trecutului şi problemele» lui, fiind totodată dispus să îţi asumi riscul de a fi cunoscut cu adevărat. Este singurul mod în care putem avea relaţii de calitate.

Teama de intimitate în viaţa oricărui om există puncte slabe şi trăsături de caracter care ne întristează, iar unii oameni trăiesc într-o nesiguranţă profundă. Aceştia sunt oamenii care trebuie să ştie tot ce faci, spui, gândeşti, scrii şi cu cine. Dacă nu au această reasigurare permanentă prin intermediul informaţiilor (încercarea lor de a controla lumea şi de a se simţim siguranţă), imediat îşi imaginează tot ce poate fi mai rău, exagerează şi interpretează greşit totul şi orice – creează astfel un val de certuri şi frustrări.

Mai mult decât oricând în istorie, mediul nostru cultural îi îndeamnă pe oameni – care, altfel, sunt destul de siguri şi fără intenţii rele – să pună la îndoială sinceritatea şi fidelitatea celor apropiaţi – prieteni, logodnici sau soţi. De ce? Răspunsul este pe cât de simplu, pe atât de distructiv:

ca-Acceptarea generală a societăţii în ceea ce priveşte sexul în afara căsniciei a dus la apariţia unei epidemii de experimentări, sex ocazional şi promiscuitate, diminuând astfel semnificaţia intimităţii fizice. În consecinţă, oamenii se confruntă cu un lung şir de foşti iubiţi/iubite care încă fac parte din viaţa lor, pentru că îi întâlnesc la locul de muncă, în comunitate, în familii, sau pentru că „foştii” pur şi simplu nu vor să renunţe.

Psihologii zilelor noastre vorbesc despre infidelitate, promiscuitate şi perversiune ca despre o

boală. Bărbaţii şi femeile aşi neglijează familiile în căutarea unor relaţii amoroase pe Internet din cauză că sunt **dependenţi. Această explicaţie face ca victima unui comportament imoral şi egoist să fie considerată lipsită de sensibilitate faţă de boala partenerului său care umblă din floare-n floare. Să fim serioşi!**

** Urmărirea perpetuă a plăcerii şi satisfacţiei imediate a fost încurajată de cultura noastră, care a afirmat că divorţul nu este ceva greşit şi că a convieţui cu cineva este echivalent cu a fi căsătorit. În consecinţă, oamenii sunt puşi în posturi care în trecut le-ar fi garantat siguranţa (legământul căsătoriei şi presiunea socială), însă astăzi presiunea socială susţine individualitatea în detrimentul legămintelor, soţilor, copiilor, căsniciei şi comunităţii.

Tribunalele familiale nu sprijină sacralitatea căsniciei şi nici nu recunosc nevoile esenţiale şi importanţa fundamentală a bunăstării copiilor. Partenerii îşi fac bagajele şi se mută separat fără vreun motiv valabil, îşi duc copiii la mii de kilometri distanţă, se cuplează cu unul sau mai mulţi noi parteneri sexuali şi îşi păstrează statutul de părinţi buni.

Roma arde şi mulţi oameni sunt cuprinşi de flăcări – şi totuşi alarmele nu sună – este vorba de un fleac, nimic important. Nici nu este de mirare că teama şi cinismul cu care este privită luarea unui angajament sunt în creştere.

Lăsând la o parte, pentru moment, aceste presiuni, rea-îtatea este că acolo unde nu există încredere, nu este posibil respectul, iar unde nu există respect, nu va exista nici siguranţă în ceea ce priveşte o relaţie. Atunci când nesiguranţa este atât de mare în interiorul unei persoane, linia de demarcaţie

necesară, sănătoasă şi firească între intim şi secret va fi ştearsă, pentru că partenerul bolnav va interpreta intimitatea rezonabilă ca fiind o tentativă periculoasă de păstrare a unor secrete dăunătoare.

Pe de altă parte, oamenii nesiguri, care se tem atât de tare să nu piardă controlul sau să fie judecaţi ori respinşi, transformă totul în ceva intim, ca într-o încercare disperată de a-şi păstra echilibrul. Cu alte cuvinte, ei transformă totul în secrete, aceasta fund pentru ei ca o modalitate de a ascunde, a păcăli şi a evita suferinţa.

O ascultătoare mi-a scris despre experienţa personală pe care a trăit-o alături de un soţ care avea astfel de temeri.

„Deşi ne-am căsătorit prea de tineri, am reuşit să depăşim cu bine nişte ani foarte grei şi să rămânem Împreună, bazându-ne pe învăţarea acestui element-cheie: distincţia dintre intim şi secret. La început, soţul meu avea mari probleme cu intimitatea şi se simţea invadat pentru că nu mai putea păstra tot ceea ce era legat de el doar pentru el însuşi-Treptat, a învăţat să împărtăşească şi să mă lase să mă apropii. Eu am învăţat că anumite lucruri trebuie sărămână personale, pentru că poate fi de-a dreptul dăunător să spui adevărul despre absolut orice. De exemplu, soţul meu este singurul partener sexual pe care l-am avut vreodată, înainte de a ne cunoaşte, soţul meu a avut şi alte partenere sexuale. Aşa că a decis să fie „secretos” cu detaliile, pentru că nu ar fi adus niciun beneficiu relaţiei NOASTRE dacă mi le-ar fi spus, ci, dimpotrivă, ar fi adus un val de răceală…

Cel mai important lucru pe care l-am învăţat în căsnicia noastră a fost că există suficient spaţiu pentru intimitate şi că nu trebuie văzută ca fiind un secret dăunător. Soţul meu se simte acum în siguranţă

deoarece mi-aâmpărtăşit atât de multe din personalitatea lui iar eu mă simt mult mai în siguranţă de când am înţeles că nu este nevoie să ştiu totul”.

Felicitări! Este o realizare extraordinară pentru amin-doi. Soţul s-a schimbat pentru că i-a împărtăşit soţiei secretele lui şi este sigur de afecţiunea şi de acceptarea ei faţă de personalitatea lui reală, fundamentală; soţia s-a schimbat deoarece are încredere în dragostea soţului şi nu mai are permanent nevoie de detalii, permiţându-i astfel soţului să îşi păstreze intimitatea. Orice cuplu ar trebui să lupte pentru a ajunge la un astfel de echilibru.

Oamenii trebuie să fie capabili să-şi păstreze un simţ al individualităţii şi, în acelaşi timp, să-şi poată împărţi viaţa cu cineva.

Păstrează pentru tine!

În emisiunea mea sunt momente în care pur şi simplu ţip la ascultătorul care este pe fir: „Ce-ai avut în minte? Cum ai putut să spui aşa ceva?!” Nu-mi vine să cred când aud o întrebare de genul:

„Doamnă dr. Laura, aş vrea o părere din partea dumneavoastră. La vârsta de 18 ani, am avut o prietenă. Acum sunt căsătorit şi am un fiu minunat în vârstă de zece luni. Cu puţin timp în urmă, am început să mă simt nefericit în căsnicie fără să cunosc motivul. Am reluat legătura cu fosta mea prietenă. Foarte curând după aceea, m-am simţit deprimat. În cele din urmă, i-am mărturisit soţiei că mi-era doi de fosta mea iubită, ceea ce, în mod evident, a deteriorăţie laţ ia noastră.

Acum i-am spus că mi-a trecut, însă ea tot aduce vorba despre asta atunci când este supărată. Astăzi am intrat pe Internet şi am găsit um mesaj de la fosta mea prietenă care mă ruga să o sun. Nu ştiu ce să fac.

Îmi iubesc soţia şi copilul, dar nu ştiu de ce încă mai am sentimente pentru fosta mea iubită. Nu îmi dau seama dacă îmi lipseşte prietenia ei sau dacă mea o mai iubesc”.

I a mărturisit soţiei că are fantezii cu o altă femeie reală?! Vai! Această informaţie este în mod cert de domeniul intimităţii. Atunci când ne tratăm partenerul ca pe psihologul sau preotul nostru căruia ne confesăm, comitem o greşeală care esteadesea imposibil de reparat, chiar dacă relaţia continuă. În astfel de momente trebuie să mergem la un adevărat psiholog sau la un preot pentru a ne confesa pentru că traversăm o perioadă în care ne luptăm cu impulsurile fireşti care ne îndeamnă să evităm dificultăţile

(mariaj, rate de achitat la bancă, facturi de plătit, copii, boilere care explodează…) şi să alegem calea uşoară (foşti sau noi parteneri sexuali, fantezii).

Toate fiinţele umane portă astfel de lupte interioare. Aceste lupte intră în sfera secretelor distructive în momentul în care răspundem unui astfel de telefon sau mesaj electronic.

Iată ce scria o ascultătoare:

„Intimitatea se referă la gânduri sau idei cai e sunt personale Adesea este mai bine să nu dezvăluim situaţiile care apar în visele noastre. Este inutil să rememorăm detaliile picante despre foştii iubiţi; acestea ţin de zona privata. Ideile care prind formă, însă rămân simple idei, şi care ar putea să nu fie de folos relaţiei maritale, sunt, de asemenea, private. Intimitatea se sfârşeşte atunci când gândurile, situaţiile sau ideile se transformă în fapte şi au un impact asupra relaţiei, putând afecta negativ căsnicia.

Sincer, nu vreau să ştiu ce s-a întâmplat în viaţa lui înainte să ne căsătorim, când mergeam la facultăţi diferite. Ba mai mult, sunt convinsă că nici el nu vrea

să afle ce gânduri am în perioada premenstruală sau după ce l-am visat pe străinul cel sexy. Ne împărtăşim planurile de viitor, glumele amuzante, vieţile noastre de zi cu zi şi, mai important decât toate, dragostea noastră.

Cred că amândoi ne ferim de situaţiile pe care ar trebui să le ţinem secrete.

Nu-i aşa că acest ultim comentariu este perfect. Mi-am amintit brusc de ascultătorul care povestea că are o minunată motocicletă Harley. Soţia lui, pe care o iubea foarte mult, nu era deloc interesată de motociclete. Într-o bună zi, el a agăţat o cască în plus la motocicletă, pentru o colegă de serviciu, tânără şi drăguţă, înnebunită după plimbările cu motocicleta, pe care o mai plimba uneori. Ascultătorul respectiv m-a sunat pentru că soţia lui era supărată. Ea observase casca de rezervă când el ajunsese acasă, iar el îi explicase la ce servea. Ea s-a simţit rănită şi furioasă. El voia să ştie dacă exagerase cu casca de rezervă.

I-am spus că, dacă nu cumva era lipsit de fantezie, prost sau avea intenţii de suicid, atunci era nepotrivit pentru el să experimenteze „vibraţii motocicliste” alături de o femeie singură, aţita vreme cât el avea o căsnicie fericită pe care intenţiona să o păstreze aşa. I-am mai spus că nu ar fi ţinut acest lucru secret dacă ar fi crezut într-adevăr că este ceva acceptabil.

Când lucrurile s-au întâmplat deja

Din nefericire, uneori există situaţii şi necazuri care nu pot fi remediate şi suntem obligaţi să dezvăluim adevărul sau informaţia. În alte cazuri, ceea ce pare de la sine înţeles că trebuie să rămână un secret ar fi bine să fie dezvăluit pentru că mai este timp suficient să învaltăm o lecţie şi să evităm repetarea aceleiaşi greşeli.

O tinară femeie mi-a scris despre dilema ei: este mai bine să se păstreze un secret sau să se facă eforturi pentru ca cealaltă persoană „implicată” să afle?

„Sunt cu Prietenul meu de un an şi jumătate. Cu două săptămăm înainte de a împlini 18 ani, am rămas însărcinata. Împreună cu părinţii mei am decis că cel mai bine era să fac un avort. Aşa că la zece zile după majorat, am întrerupt sarcina.

Prietenul meu este total împotriva avorturilor, aşa că el nu ştie că am făcut un avort. Lui i-am spus că nu am fost însărcinată. Oare trebuie să îi spun în cele din urmă? Simt că este problema mea personală, a mea şi a părinţilor mei. Ştiu ca dacă i-aş mărturisi că am făcut un avort s-ar supăra îngrozitor de tare. Ar trebui să îi spun sau să păstrez secretul.

Adevărul este că această problemă nu îi priveşte pe tânăra femeie şi pe părinţii ei. Este o problemă în care sunt implicaţi ea, tatăl copilului, copilul avortat şi Dumnezeu 1 annţii ei au pus capăt noii vieţi fără întârziere şi au păstrat secretul fiicei, însă povestea nu se termină aici.

Dacă dilema ei ar fi apărut zece am mai târziu, aş fi sfătuit-o să nu arunce urâţenie şi suferinţă pe umerii cmva care şi-a văzut de viaţă. Însă această situaţie este în prezent iar acest băiat-bărbat trebuie să afle că sexul neproteiat, în afara unei căsătorii, a avut drept urmare avortarea primului său copil. În timp ce tânăra femeie are puterea de a decide să pună capăt vieţii copilului ei, el are responsablitatea de a se purta în aşa fel încât să nu îşi pună niciodată în pericol potenţialii urmaşi. După părerea mea, el trebuie să afle, pentru că astfel va învăţa o lecţie care îl va ajuta să facă alegeri mai bune pe viitor.

Dreptul de a alege

Atunci când vine vorba de a spune „da” în cunoştinţă de cauză, personal mă declar în favoarea posibilităţii de a aleee. Vreau să spun că oamenii trebuie să îşi rezerve timpul necesar pentru a afla destul de multe lucruri despre potenţialul partener, astfel încât să facă o alegere reala, nu doar să răspundă fanteziilor, speranţelor, dorinţelor sau disperării. Pentru a nu te grăbi şi a putea ajunge la adeva rata alegere, este nevoie de o anumită doză de maturitate, de sinceritate din partea partenerului şi de disponibilitatea lui de a dezvălui factori şi chestiuni importante care ar putea duce la „ruperea învoielii”. Bineînţeles, din moment ce nimeni nu îşi doreşte să fie respins, nu este greu de înţeles de ce oamenii se prefac sau păstrează secrete care nu ar trebui păstrate. În cele din urmă, adevărul iese la suprafaţa, iar când se întâmplă, rareori avem parte de un final fericit.

O ascultătoare scria:

Soţul meu a ales să nu îmi spună ca suferise o depresie nervoasă şi fusese internat într-un spital de boli mintale cu şase ani înainte ca noi să ne cunoaştem. Inutil să mai spun „că în cele din urmă am aflat totul După aproape trei am de căsnicie. * venit pe lume primul nostru copil. În timpul sarcinii am văzut cum soţul meu se schimba, devenind de nerecunoscut. Mi-a spus că nu îmi mărturisise adevărul înainte de-a ne căsători de teamă că l-aş fi părăsit.

U puţin timp după naşterea copilului, şi-a provocat un accident ia locul de muncă, acelaşi loc de muncă din care ma implorase să îi dau voie să plece, chiar dacă bebeluşul urma sa se nască peste câteva săptămăm. De cele mai mul-e ori se ridica din pat doar cu câteva minute înainte de venirea mea acasă. A petrecut două luni de zile epuizând căr –, le e credit,

necind totul, cumpărând un camion în rate mai mari decât chiria casei şi având confruntări fizice cu traficanţii de droguri.

În cele din urmă, soţul meu a fost diagnosticat ca fiind maniaco-depresiv. Pe durata spitalizării lui, am aflat mai multe secrete şi lucruri pe care le făcuse din prima zi de căsătorie. Am fost nevoiţi să ne declarăm falimentari, iar eu am fost obligata să îmi caut o slujbă. Inutil să mai spun că toate acestea ne-au distrus căsnicia. Am petrecut mult timp rugându-mă la Dumnezeu să îmi dea puterea să îl iert pentru minciunile lui şi pentru ceea ce eu resimţeam ca fiind tiadare din partea lui – m-am rugat pentru puterea de a îmi respecta jurămintele făcute la cununie şi de a păstra un cămin întreg de dragul copilului nostru.

„El nu mi-a SPHS niciodată adevărul pentru că s-a temut ca nu mă voi mai căsători cu el. Probabil că aşa s-ar fi întâmplat, însă îmi doresc să-mi fi arătat respect şi să-mi fi dat şansa de a lua acea decizie. „1

„Dacă el ar, îl fost dis Pus să îşi dezvăluie secretul, ar fi câştigat încrederea soţiei pentru că ar fi demonstrat dorinţa de a înfrunta adevărul şi realitatea alături de ea, nu intenţia de a acţiona împotriva ei. Dacă el ar fi fost sincer în privinţa problemei lui, probabil că ea l-ar fi ajutat să parcurgă drumul către însănătoşire cu ajutorul medicamente-or şi terapiei de specialitate. În schimb, el şi familia lui (care poarta o parte din responsabilitate) au încercat să-l apere, fără să se îngrijoreze că şi-ar putea răni soţia şi copilul şi că va fi, în cele din urmă, abandonat şi respins, iar bolile lui mintale se vor înrăutăţi. Iată un exemplu de secret nociv.

O altă femeie a avut o experienţă asemănătoare cu secretele aducătoare de probleme ale soţului ei.

„Sunt căsătorită cu soţul meu de 12 ani şi avem

un fiu de 9 ani. Când l-am cunoscut pe soţul meu a fost dragoste la prima vedere, iar lucrurile au evoluat rapid. Mi-a dăruit un inel de logodnă după două săptămâni de la puma întâlnire, însă am aşteptat opt luni înainte de a ne căsători.

Credeam că ştiu totul despre el. îi cunoscusem părinţii, fraţii şi surorile şi devenisem în scurt timp un membru ai familiei. După ce ne-am căsătorit, am început să văd o faţă a lui pe care nici măcar nu o bănuisem.

În primul rând, obişnuia să petreacă foarte, foarte multe ore în faţa calculatorului. Apoi am observat la el câteva înclinaţii feminine. Îmi cerea să îl machiez, sub pretextul că este o glumă. îmbrăca hainele mele şi se prefăcea că este o joacă amuzantă. Toate acestea au dispărut timp de câţiva ani, sau cel puţin aşa am crezut eu, iar fiul nostru s-a născut la doi ani după căsătorie.

Soţul meu obişnuia să plece în călătorii de afaceri şi locuia în hoteluri. Acolo se îmbrăca în femeie şi ieşea în public. Am decis să îl părăsesc. Dar m-am întors la el pentru că tatăl meu m-a îndemnat să îi mai dau o şansă

Ne-am înstrăinat unul de celălalt. Fiul meu îşi iubeşte foarte mult tatăl şi nu ştie nimic din toate acestea. Cel mai tare m-a afectat faptul că membrii familiei lui ştiau şi nu mi-au spus niciodată nimic! Am plâns şi m-am întrebat de ce mie mi s-a ascuns acest lucru. Cum poate cineva să ascundă un lucru care va distruge un om pentru tot restul vieţii?”

Răspunsul este următorul: egoism, pur şi simplu. Coalizarea rudelor de partea soţului pentru a-i ascunde soţiei acest secret demonstrează faptul că membrilor familiei acestui bărbat le este probabil ruşine şi refuză să accepte adevărul, ca şi cum, dacă

nu priveşti, nu vezi şi nu vorbeşti despre ceva, te poţi preface că acel lucru nu există. Soţul ei mai degrabă îşi satisface aceste dorinţe decât să caute ajutor prin tratament. Motivaţiile şi sentimentele lor au fost egoiste pentru că atât el, cât şi familia lui doreau ca totul să pară normal, chiar cu preţul acestei femei şi a copilului dacă era cazul.

Morala fundamentală a poveştii este că întotdeauna lucrurile merg prost atunci când o relaţie se bazează pe impulsivitate (dragoste la prima vedere, logodnă la prima întâlnire, sex la primul impuls sexual) şi intimitate instantanee. Există în noi o latură romantică şi copilăroasă, căreia îi plac întotdeauna momente de genul „în al nouălea cer cu „sufletul pereche". Însă raţiunea, răbdarea şi dorinţa de a trăi „realitatea" trebuie să triumfe. Întotdeauna vor exista vânători, iar de cele mai multe ori victimele se oferă voluntar; în mod cert, vulnerabilitatea inocentă vine să sprijine această afirmaţie.

Cunoaşterea celuilalt

Interesul personal este normal şi firesc. Însă a pune interesul personal mai presus de adevăr şi de bunăstarea celorlalţi este pur şi simplu răutate. Prin intermediul emisiunii mele de radio îi bat pe oameni la cap să-şi rezerve timp pentru a ajunge să cunoască o persoană (cel puţin doi ani) înainte de a face paşii care reduc sau elimină obiectivitatea – relaţii intime, locuit împreună, căsătorie. Insist astfel deoarece este nevoie de timp pentru a depăşi tentaţiile mai mult sau mai puţin raţionale de a arăta doar aspectele pozitive ale personalităţii proprii şi de a nu dezvălui acele trăsături sau informaţii care ne-ar putea exclude din viaţa sau inima potenţialului partener.

Din experienţele legate de secrete pe care le-au trăit ascultătorii mei în timpul primelor întâlniri, am

ajuns la concluzia că mult mai tare îi supără lipsa de deschidere a partenerului, înşelăciunea şi manipularea decât faptele în sine pe care partenerul le-a tăinuit. Uneori, această reacţie este normală, alteori nu. Mi se rupe inima când mă gândesc câte pot tolera unii oameni doar de dragul de a-şi spune lor înşişi că au pe cineva.

A spune minciuni sau a înşela potenţialii parteneri în legătură cu propria personalitate este, cu siguranţă, o armă care se va întoarce împotriva ta. Dacă ei vor rămâne în viaţa ta şi te vor „iubi”, nu înseamnă că te iubesc cu adevărat pe tine, ci doar pe cel care pari a fi. Idealul tău de a fi iubit pentru tine însuţi nu va fi niciodată atins. Practic, nu ai câştigat nimic.

Una dintre ascultătoarele mele mi-a povestit cum minciuna prietenului ei a dus la „ruperea învoielii”:

„Eu şi el am fost împreună timp de şapte ani. Eu nu mai eram mulţumită să fiu o «iubită» cu jumătate de normă, în vârstă de 40 de ani, care convieţuiam cu partenerul fără să fiu căsătorită cu el; acest lucru s-a datorat în parte faptului că am început să ascult emisiunile dumneavoastră de radio. I-am spus că aranjamentul actual mă deranjează şi că aş vrea să ne logodim. M-a cerut în căsătorie în august 2000 şi mi-a oferit un inel superb. Intuitiv am simţit că, în legătură cu inelul, era ceva mai mult decât voia el să îmi spună. Era vag în ce priveşte provenienţa inelului şi evaziv în răspunsurile la întrebările mele. Nu voiam să fiu nepoliticoasă sau să par materialistă ori nerecunoscătoare, aşa că am lăsat-o baltă – deşi mă întrebam de ce optase pentru un inel pe care eu nu l-aş fi ales niciodată.

Trei luni mai târziu, adevărul a ieşit la suprafaţă. Când se hotărâse să mă ceară în căsătorie, a întrebat-

o pe mama lui dacă nu avea un inel pentru mine. Ea i-a dat un pandantiv vechi pe care îl moştenise de la o mătuşă, iar el a transformat pandantivul într-un inel. Ironia este că primirea unei bijuterii care aparţinuse familiei lui (familie pe care o ador) ar fi fost cel mai frumos cadou de logodnă pe care mi l-ar fi putut face.

Înainte de a crede că sunt meschină, vreau să vă spun că ceea ce m-a înfuriat cumplit a fost faptul că el nu a fost sincer în ce priveşte proveniența inelului şi a păstrat secretul timp de trei luni, fără să admită că a greşit, ba dimpotrivă, îi tot dădea întruna cu câţi bani a cheltuit pe inel. I-am înapoiat inelul şi i-am spus că intenţionam să ne începem căsnicia numai cu condiţia unei sincerităţi complete.

Am decis să «rup învoaiala» când am aflat că îşi implicase şi familia în păstrarea secretului – cerându-le să nu-mi spună nimic. Mama lui mi-a mărturisit că îl îndemnase să-mi spună adevărul, dar fie teamă de a părea că nu îşi permite să cumpere un inel, fie chiar refuzul lui de a cheltui banii i-au întunecat judecata, l-au transformat pe el într-un mincinos, pe mine într-o fraieră, iar pe membrii familiei lui în caraghioşi.

Am aflat mai multe despre caracterul lui decât aflasem în toţi anii de până atunci. A încercat să întoarcă lucrurile în favoarea lui şi să dea vina pe mine: că l-aş fi crezut zgârcit, că pe mine nimic nu mă mulţumeşte, că fac din ţânţar armăsar etc. A făcut orice, mai puţin să îşi asume responsabilitatea.

Deşi mă doare faptul că nu mai sunt logodită, sunt recunoscătoare pentru că mi-am putut da seama de caracterul lui înainte de a fi prea târziu. De fapt, în cei şapte ani petrecuţi împreună am avut numeroase ocazii să observ şi alte semne ale firii lui – l-am găsit cu o altă femeie în pat când am venit acasă, de ziua mea mi-a dăruit luminări arse pe jumătate şi

împachetate într-o pungă de plastic, fuma marijuana cu băieţii – însă eu am ales să nu văd. Aceasta a fost picătura care a umplut paharul, deoarece am realizat că vreau şi am nevoie de un bărbat care să aibă o relaţie sănătoasă cu banii, adevărul şi integritatea.

În timp ce intimitatea trebuie respectată, pentru secrete nu este loc. Aşa cum se spune în cadrul organizaţiei «Alcoolicii Anonimi», eşti la fel de bolnav precum secretele tale”.

Aşa stau lucrurile – unii oameni sunt mai puţin toleranţi cu secretele decât cu infidelitatea, dispreţul, consumul de droguri, zgârcenia, lipsa de respect, de atenţie sau dragoste. Este ca şi cum descoperirea răului pe care nu îl ştiau este mai gravă decât răul pe care îl ştiau deja.

Aici pot fi aplicate relaţiilor umane câteva legi ale fizicii. Odată ce un obiect se află în mişcare, el tinde să rămână în mişcare atâta timp cât nu este confruntat cu o forţă egală şi opusă. Ei bine, acelaşi principiu îl putem aplica şi oamenilor. Odată ce se află într-o relaţie, fiind intimi din punct de vedere sexual, locuind împreună sau stabilind deja data nunţii, oamenii detestă să îşi folosească raţiunea şi să se îndepărteze de o situaţie care le este în mod evident defavorabilă.

Atunci apar negarea şi pretextele, promisiunile şi speranţele că tot răul va dispărea ca prin farmec şi că lucrurile se vor rezolva de la sine.

Adesea, forţa egală sau opusă este trezirea brutală care survine descoperirii unor secrete urâte.

O ascultătoare avea o relaţie de trei luni în momentul în care a devenit bănuitoare, din cauză că întrebările ei legate de chestiuni financiare nu primeau răspuns. În consecinţă, a apelat la un detectiv particular. A descoperit că cel cu care avea o

relaţie avusese o căsnicie în plus faţă de ceea ce ştia ea şi trebuia să întreţină financiar trei foste soţii.

„Mi-a spus că, dacă mi-ar fi mărturisit adevărul, l-aş fi putut respinge. I-am spus că îmi este mult mai uşor să accept adevărul decât o minciună. Nu a fost complet cinstit nici în ce priveşte situaţia lui financiară. Încrederea mea s-a spulberat şi îmi este teamă că mai sunt şi alte lucruri pe care nu le-am aflat şi nu mai ştiu când trebuie să îl cred. Sinceritatea este foarte importantă atunci când pui bazele şi încerci să construieşti o relaţie. El m-a minţit pentru a acoperi greşeli din trecut şi prezent, iar eu mă simt derutată în privinţa persoanei de care credeam că sunt îndrăgostită. Atâta vreme cât nu am ştiut despre minciuni, mă simţeam în al nouălea cer, iar acum parcă sunt într-o mocirlă, însă sunt bucuroasă pentru că piu adevărul”.

Secretele se află. Oamenii care ascund şi manipulează adevărul cu scopul de a păstra o persoană în viaţa lor nu îşi iubesc cu adevărat partenerul, ci îl vor pur şi simplu. Iubirea constă în mare parte din grija pentru bunăstarea şi fericirea celuilalt. Din nefericire, victimele minciunilor adoptă prea adesea o atitudine greşită de simpatie faţă de cel care amăgeşte, fiindcă acesta devine patetic şi pretextează cu teama de respingere. Prea adesea victimele se emoţionează, iartă şi sunt sensibile la durerea celor care mint. Victima ar trebui mai degrabă să fugă mâncând pământul. Iertaţi-l pe cel care v-a minţit dacă aşa vreţi, însă îndepărtaţi-vă de el. A ierta nu înseamnă a continua să te expui riscului şi nici nu eşti obligat să te lupţi tu cu problemele celuilalt. Este mai bine ca mincinosul să înveţe anumite lucruri dintr-o respingere reală şi să fie capabil să devină o fiinţă umană mai bună în viitor.

Eu, eu, eu – este principalul motiv pentru care oamenii mint şi ascund secrete cu scopul de a câştiga şi păstra pe cineva. Nu este vorba despre dragoste şi iar dragoste sau despre relaţie, totul pentru binele relaţiei – aşa că nu vă lăsaţi fermecat şi nu vă îmbătaţi cu apă rece. O ascultătoare mi-a povestit despre relaţia ei, care a durat un an de zile, cu un bărbat care avea o relaţie cu o altă femeie atunci când ei s-au cunoscut. Ascultătoarea mea i-a spus foarte clar că nu accepta să aibă o relaţie cu el dacă era angajat faţă de o altă femeie. După o lună, el i-a spus că fosta lui relaţie se destrămase. Ea a aflat mai târziu că era o minciună. El a continuat să aibă relaţii sexuale cu ambele femei, fără ca vreuna dintre ele să ştie de existenţa celeilalte. Când ascultătoarea mea a descoperit adevărul, el i-a spus că îi venea mai uşor să o mintă cu scopul de a nu o pierde, în timp ce el încă mai „clarifica lucrurile” cu cealaltă femeie.

Ea i-a răspuns în felul următor:

„Deci, fă-mă să înţeleg. Pe mine m-ai minţit ca să nu mă pierzi. Iar pe ea ai minţit-o tot ca să nu mă pierzi. Şi aveai relaţii intime cu ea tot ca să nu mă pierzi? Sunt consternată. Cum ai reuşit? Ai sărit din pat într-o noapte strigând: «Evrica, am găsit soluţia! O să mă culc cu amândouă şi astfel voi câştiga, cu siguranţă, dragostea iubitei mele X!»?”

A continuat apoi spunându-i că secretul lui era nu doar prostesc, dar se juca astfel cu vieţile a două persoane. Încercarea lui de a o păstra l-a făcut să o piardă, iar înşelăciunea lui a fost o cruzime condamnabilă.

M-am bucurat pentru faptul că ascultătoarea mea a fost o excepţie la prima lege a lui Newton şi asta pentru că a folosit bunul-simţ omenesc. Oamenii SUNT ceea ce fac.

Trecutul este chiar aici, chiar acum

Nu cred că există vreun om printre cei care citesc această pagină, ba mai mult, nu cred că există un singur om pe suprafaţa pământului care să nu aibă ceva, anumite lucruri sau întâmplări pe care ar dori să le păstreze în trecut. Cine vrea să readucă în discuţie şi să fie nevoit să explice lucrurile prosteşti şi greşite pe care le-a făcut la un moment dat în viaţa lui şi din cauza cărora se simte acum ruşinat, vinovat sau jenat? Mai grav, cine vrea să retrăiască suferinţa unui abuz abominabil sau lupta inconştientă cu o problemă psihiatrică serioasă? Adevărul este că unii oameni nu vor putea înţelege; alţii vor critica; alţii vor fi oripilaţi, iar alţii vor avea o reacţie de respingere.

Aşa cum spuneam şi mai devreme în acest capitol, la ce bun să fii „iubit" şi „acceptat" când ştii că celălalt nu vede decât o parte din tine?

Atunci când cunoaştem o persoană şi lucrurile par să devină „serioase", avem oare datoria de a spune tot? Oare fiecare nouă relaţie echivalează cu o confesiune obligatorie? Dacă dezvălui problemele tale extrem de personale în repetate rânduri, există cumva pericolul să începi să te simţi de parcă te-ai oferi voluntar violurilor psihologice/emoţionale? De câtă acurateţe a detaliilor este nevoie? În care dintre etapele relaţiei ajungi să fii atât de deschis? Şi în ce moment al relaţiei eşti dispus să îţi asumi riscuri? Aceste întrebări sunt de o importanţă vitală. Permiteţi-mi să folosesc câteva experienţe ale ascultătorilor mei pentru a răspunde acestor întrebări.

Din nefericire, abuzul sexual (molestarea sau violul unui copil) este un „secret" des întâlnit. Iată ce mi-a povestit o ascultătoare în legătură cu punerea în discuţie a subiectului abuzului sexual cu un potenţial partener:

„Nu este prea înţelept să începi o relaţie cu cineva înainte să fi lămurit cu tine însuţi această problemă (abuzul sexual). Ai impresia că poţi ascunde adevărul şi te prefaci că nu s-a întâmplat nimic, însă adevărul este că multe alte lucruri au o legătură directă cu trauma pe care ai trăit-o. Nu poţi fi tu însuţi şi nu te simţi niciodată în largul tău. Ai permanent sentimentul că ascunzi ceva, iar trăirile tale se reflectă în exterior fără ca tu să fii măcar conştient, de exemplu, să te simţi jenat şi vinovat atunci când partenerul te sărută sau îţi strânge mâna.

Îţi este teamă că vei fi respins, pentru că eşti „un bun la mâna a doua”. Te sperie gândul că oamenii ar putea crede că eşti anormal sau ciudat. Tu nu ai vrut să ţi se întâmple acele lucruri şi, dacă ajungi să înţelegi asta şi primeşti ajutor pentru problemele pe care le ai, atunci nu mai ai sentimentul că îi ascunzi ceva persoanei iubite”.

La emisiunea mea nu primesc doar telefoane din partea femeilor care se întreabă dacă, în ce mod şi când să le mărturisească iubiţilor sau soţilor lor că au fost molestate în copilărie, ci şi din partea unor soţii care au aflat prea târziu că soţii lor au fost molestaţi şi sufereau traume în prezent: aveau sentimente de ruşine şi vinovăţie, se temeau de intimitate, erau confuzi în legătură cu sexualitatea lor şi calitatea de părinte – din teama de a nu tace şi ei, la rândul lor, ceea ce li s-a făcut lor. În plus, primesc telefoane de la bărbaţi tandri şi iubitori cu prietenele şi soţiile lor, însă furioşi, frustraţi şi consternaţi în legătură cu modul în care ar trebui să reacţioneze atunci când află brusc de molestarea suferită de parteneră, explicându-şi astfel comportamentele bizare ale acesteia, de exemplu, indispoziţiile şi reacţiile negative legate de intimitatea sexuală.

Înţelegem cu toţii că ascunderea adevărului în astfel de cazuri nu este făcută cu rea intenţie – este doar o formă de autoapărare. Totuşi, pentru partenerul căruia i se ascunde adevărul este tot o amăgire; nu i se dă posibilitatea de a alege ce probleme este dispus să accepte şi cu care să se confrunte în căsnicie şi, astfel, nu i se dă şansa de a lupta alături de cel care deţine secretul, pentru a îmbunătăţi lucrurile.

Am avut în emisiune ascultători care spuneau: „Nu simt nevoia să vorbesc despre ce s-a întâmplat – mă simt foarte bine şi nu îmi afectează în niciun fel viaţa mea din prezent”. În general, le răspund în felul următor: „Atunci cred că ar fi minunat să îi spui şi partenerului cât de rezistentă eşti la şocuri. Este o calitate extraordinară, foarte preţuită într-o căsnicie!”

Răspunsul lor la această replică este tăcerea.

Nu cred că este corect, cu atât mai puţin necesar, să îţi dezgoleşti sufletul, spiritul şi trecutul atunci când relaţia pe care o ai nu este una serioasă. Cred că oamenii fac asta din impuls, pentru că trecutul lor s-a transformat într-o identitate bolnavă. În astfel de cazuri este vorba de un fel de provocare, un test, o manipulare, un joc infantil.

Este important să vorbeşti despre chestiunile profunde care ţi-au influenţat şi ţi-au schimbat viaţa, atunci când relaţia pe care o ai pare a fi „de viitor”. Până la urmă, personalitatea noastră este rezultatul a ceea ce am trăit. Şi nu vă amăgiţi singuri, trăirile noastre lasă urme care se văd.

Ele pot fi remarcate în reacţiile pe care le avem faţă de lucrurile din prezent, în eforturile pe care le facem pentru a ascunde, pur şi simplu se văd.

A aştepta până după căsătorie nu este cinstit şi nici nu este o modalitate de a construi o fundaţie

solidă. Iată ce H scria una dintre ascultătoarele mele:

„Le-am ascuns soţului meu şi familiei lui acest secret oribil şi maladiv, rugându-mă la Dumnezeu ca nimeni să nu afle vreodată ruşinea mea profundă şi sfâşietoare. În cele din urmă, după trei ani de căsnicie, conştiinţa nu mi-a mai dat pace. Ştiam că, pentru a-mi păstra căsnicia şi sănătatea mintală, trebuia să fiu sinceră cu el indiferent de preţul pe care îl aveam de plătit. Eram amândoi în camera de lucru; într-un final mi-am făcut curaj şi i-am mărturisit totul. M-a iertat pentru că nu îi spusesem nimic înainte de a ne căsători, însă a trecut mult timp înainte ca el să aibă din nou încredere în mine.

Morala poveştii mele este că ar fi trebuit să îi spun adevărul de la bun început. Da, recunosc, exista posibilitatea ca el să mă fi părăsit.

În sfârşit, am găsit pe cineva care să mă accepte aşa cum sunt, iar din cauză că nu i-am spus adevărul de la început, am fost la un pas de a pierde totul. Dar el m-a iertat şi în februarie 2001 se vor împlini nouă ani de când suntem căsătoriţi”.

Poate că în acest moment gândiţi: „Cum îşi permite el sau oricine altcineva să fie atât de îngâmfat şi să pretindă că a suferit doar din cauză că nu a ştiut ceva anume?” Ar trebui să meditaţi ceva mai mult timp asupra acestei chestiuni. Atunci când îţi iei un angajament faţă de cineva nu este firesc să îţi doreşti ca, dintre toţi oamenii, tu să fii cel în care el/ea are încredere, pe care se bazează, la care apelează şi cu care este sincer/sinceră? Bineînţeles că este un sentiment firesc. Mai adăugaţi şi faptul că secretele de amploarea unei molestări suferită în copilărie sunt corozive, măcinând atât pe cel care păstrează secretul, cât şi sinceritatea, nivelul de confort şi munca în echipă dintr-un mariaj.

Ca o concluzie: secretele despre trecut au întotdeauna un impact asupra prezentului. Puteţi reduce efectul lor asupra prezentului şi viitorului confruntându-vă cu traumele dumneavoastră, cu ajutor terapeutic sau spiritual (aceasta înseamnă să vă deschideţi sufletul în faţa unui psiholog sau unui preot), şi împărtăşindu-i persoanei iubite problemele pe care le aveţi. În acest mod, partenerul vă poate înţelege mai bine (se poate confrunta cu unele trăsături comportamentale ale dumneavoastră fără să creadă că sunt din vina lui) şi vă poate ajuta în dezvoltarea individualităţii dumneavoastră.

Respingerea este un lucru pozitiv!

Până acum, v-am oferit doar poveşti care se terminau bine, însă, uneori, un final trist poate fi de fapt finalul fericit. O ascultătoare mi-a povestit cum a învăţat această lecţie:

„Aveam 19 ani la vremea aceea şi aveam o relaţie cu cel care ştiam că îmi va deveni soţ. Ţineam un secret care nu îmi dădea pace şi voiam să i-l dezvălui înainte de a ne căsători. Am abordat problema în felul următor: «Am un secret oribil şi înfricoşător. Ţi-l spun dacă îmi spui şi tu cel mai mare secret al tău.»

El mi-a răspuns: «Nu.» Eu m-am gândit că cel puţin am încercat şi nu va putea să îmi reproşeze mai târziu că nu am avut bunăvoinţă.

El era virgin la vârsta de 33 de ani şi ştia că eu nu eram virgină, însă ceea ce nu ştia era faptul că îmi pierdusem virginitatea în urma unui incest. Ei bine, opt ani mai târziu, i-ctm mărturisit.

Cuvintele lui, care m-au durut cel mai tare şi pe care încercasem să le evit, au fost: «Nu m-aş fi căsătorit niciodată cu tine dacă aş fi ştiut de incest.»

A fost un secret prostesc, pentru că eu crezusem, în mintea mea de femeie de 19 ani, că el era bărbatul

vieţii mele şi că acest secret oribil nu va afecta relaţia/căsnicia noastră, însă m-am înşelat”.

În discuţiile mele cu ascultătorii, accentuez următorul aspect: dacă acest bărbat/această femeie nu se poate confrunta cu astfel de adevăruri, cum credeţi că veţi putea conta pe el/ea în provocările pe care le va aduce viitorul – boli, lipsuri financiare, copii sau calamităţi ale naturii?! Din nefericire, sistemul nostru de gândire este egocentrist: „Mă priveşte doar pe mine, este problema mea” şi ne văităm şi ne facem griji. Este greşit! îl priveşte şi pe el/ea şi trăsăturile lui/ei: personalitatea, compasiunea, forţa; este vorba despre cei doi parteneri care formează o echipă şi se confruntă împreună cu problemele.

Confruntarea cu astfel de secrete este o modalitate foarte bună pentru a afla dacă celălalt este

„Cel ales”. Păcat că cele mai multe relaţii se bazează pe romantism şi orgasme! Se pierd astfel foarte multe semnificaţii.

O altă ascultătoare vine să confirme teoria mea. Iată ce mi-a scris:

„În timpul facultăţii am fost violată, am rămas însărcinată şi mi-am dat băieţelul la un centru de adopţii. Nu i-am spus nimic prietenului meu, care mi-a devenit soţ mai târziu, pentru că mi-a fost teamă că mă va considera o marfă avariată. Dacă i-aş fi spus adevărul, reacţia lui ar fi fost cea mai bună mărturie despre cum era EL cu adevărat. În consecinţă, NU m-aşti căsătorit cu el. De abia după nuntă am descoperit egoismul lui”.

Nu uitaţi că ajungi să cunoşti cu adevărat un om atunci când împărţi cu el şi greutăţi, nu doar lucruri amuzante.

Secretele împiedică evoluţia

Pe lângă faptul că trebuie să vă asiguraţi că

puteţi porni în viaţă alături de partener, mai există şi aspectul fundamental al progresului şi dezvoltării individuale. Adesea, impactul profund pe care l-au avut asupra noastră experienţele nefericite din trecut ne urmăreşte întreaga viaţă, pentru că noi ne „apărăm" de durere şi adevăr. Iată ce a scris un ascultător în acest sens:

„Secretul prostesc pe care i l-am ascuns fostei mele soţii a fost în cele din urmă motivul divorţului. Ea considera că firea mea sociabilă şi înclinaţia mea către ieşirile cu prietenii se datorau unei inimi tandre. Adevărul este că aceea nu era decât o mască pentru a acoperi foarte multă nesiguranţă şi un comportament care avea legătură directă cu abuzul sexual şi psihologic pe care îl suferisem în copilărie şi adolescenţă.

Soţia mea a fost îndreptăţită, aproape 100% să mă părăsească în repetate rânduri şi să divorţeze, în cele din urmă, pentru că aveam un comportament greşit şi în mare parte lipsit de respect.

Câteva exemple: flirtam cu femei pentru a-mi recâştiga bărbăţia care credeam că îmi fusese „luată", îmi criticam aspru soţia şi eram exagerat de devotat familiei mele dezorganizate şi mamei mele „cuprobleme".

Am luptat pentru a evita divorţul, însă după un timp m-am retras singur într-o cameră închiriată. Timp de un an de zile am citit cărţi care tratau molestarea şi abuzul sexual suferite în copilărie şi incestul emoţional. Am ascultat emisiunea dumneavoastră şi cea a lui Rush Limbaugh şi am aflat despre teoriile care aveau să devină ulterior catalizatorul schimbărilor pe care le-am făcut în comportamentul meu. Abuzurile nu îmi vor mai influenţa de acum înainte raţiunea.

Privind înapoi, ştiu că dacă i-aş fi spus soţiei mele despre abuzurile pe care le-am suferit în copilărie, am fi putut evita toate momentele neplăcute pe care le-am trăit. Acum lupt să mă eliberez de vinovăţia pe care o simt în urma unui mariaj eşuat, astfel încât să fiu deschis pentru relaţiile viitoare, cu voia lui Dumnezeu, şi muncesc în fiecare zi la formarea caracterului meu.

Dacă ar fi să transmit un mesaj femeilor şi bărbaţilor care au fost molestaţi, le-aş spune următorul lucru: trebuie să vă confruntaţi cu problema – nu faceţi din asta un secret faţa de cei care vă iubesc şi pe care îi iubiţi. Trebuie să vă confruntaţi cu problema pe care o aveţi, este singura cale de a vă câştiga libertatea; altfel, veţi continua să măriţi puterea pe care a avut-o cândva cel care va molestat”.

O altă ascultătoare a învăţat şi ea o lecţie dură despre felul în care secretele împiedică evoluţia. A cunoscut un tânăr la biserică şi s-a căsătorit cu el opt luni mai târziu. Aceste logodne scurte sunt mai degrabă o tentativă de „a forţa ceva să existe e, decât de „a lăsa lucrurile să evolueze”, în astfel de cazuri avem de-a face, de regulă, cu imaturita-te şi nesiguranţă.

Ceea ce i-a ascuns ea – secretul ei – a fost faptul că suferea de bulimie şi de depresii.

„Nu am încercat să îl păcălesc în mod conştient, pentru că eu credeam că lucrurile se vor îmbunătăţi şi voi înceta să îmi mai chinui trupul. Nu eram sinceră nici măcar cu mine însămi. Cred că o mare greşeală pe care am făcut-o a fost aceea că nu ne-am manifestat deschis şi sincer în timpul logodnei, ci am fost doar orbiţi de atracţia fizică dintre noi.

Cam la un an după ce ne-am căsătorit, el a

început să afle treptat ce ruină eram în interior. Ne certam mult şi ne ignoram, iar el avea sentimentul că l-am înşelat.

Se împlinesc acum cinci ani de căsnicie. Eu am urmat tratamente pentru depresii şi m-am vindecat de bulimie acum un an. Însă nu pot spune că avem o relaţie romantică, este mai mult un fel de parteneriat.

Cred că morala poveştii este următoarea: nu vă grăbiţi să vă căsătoriţi. Fiţi mai întâi prieteni. Vorbiţi mult. Vorbiţi despre defecte şi nesiguranţe cu mai multă sinceritate, înainte de a ne căsători, eu i-am arătat soţului meu o faţadă, una frumoasă şi strălucitoare, dar falsă. Şi am avut probleme.

Încă suntem căsătoriţi şi sperăm că vom rămâne în continuare – amândoi credem cu tărie că trebuie să îndreptăm lua-urile şi să rămânem împreună, dar drumul pe care l-am parcurs până aici nu a fost deloc plăcut. Cred însă că, odată ce lucrurile vor merge spre bine şi noi doi ne vom maturiza şi vom evolua, totul va fi bine”.

A conştientiza drumul pe care l-am parcurs înseamnă a mă cunoaşte pe mine însumi Precum „o singură fiinţă” în faţa lui Dumnezeu

II

Putere stupidă „Uneori nici măcar nu simt nevoia să am dreptate, însă NU VREAU să greşesc. „Priorităţi stupide „în momentul acela am înţeles că noi înşine şi copiii noştri sunt cele mai importante lucruri din lume. „O ascultătoare a emisiunii Fericire stupidă „De am de zile, mama mea încearcă să găsească fericirea. La început a căutat fericirea în tatăl meu.

Justificări stupide „Aud cuvântul «dar» de o mie de ori pe zi! întotdeauna urmează o scuză după acest cuvânt.

8

Factorul numit „frică”.

1

Toc de cuvinte: „reverand” înseamnă „preot” în limba engleză. (N. trad.)

A conştientiza drumul pe care l-am parcurs înseamnă a mă cunoaşte pe mine însumi

Nici nu vă imaginaţi cât de mulţi oameni dintre cei care sună în timpul emisiunii, ruşinaţi de acţiuni sau comportamente din trecut, suferă continuu din cauză că nu se pot ierta pe ei înşişi. Incapacitatea de a ierta duce şi la o frică îngrozitoare de a nu fi urâţi sau respinşi de cei pe care îi iubesc, reacţie care face parte tot din această pedeapsă perpetuă.

Le reamintesc acestor ascultători că adevărata căinţă înseamnă că şi-au asumat răspunderea, au avut remuşcări, au făcut tot posibilul pentru a repara răul făcut şi s-au angajat să nu mai repete aceeaşi greşeală. Odată ce au realizat cei patru R, trebuie să meargă mai departe!

Unora dintre oameni le vine foarte greu să-şi aprecieze progresele pe care le-au făcut, să conştientizeze faptul că s-au schimbat, că nu vor mai face niciodată „lucrul acela rău” şi că au dreptul să fie fericiţi şi respectaţi pentru călătoria curajoasă pe care au întreprins-o.

O ascultătoare mi-a povestit despre călătoria anevoioasă parcursă de ea:

„S-ar fi putut întâmpla o catastrofă dacă i-aş fi ascuns prietenului meu (care este total împotriva avorturilor) faptul că mai demult am făcut eu însămi un avort, iar acest secret ar fi ieşit la suprafaţă după câţiva ani de căsătorie. I-am mărturisit adevărul şi cât de mult regret ce s-a întâmplat. El a înţeles că acum nu mai sunt acea persoană iresponsabilă. Mi-a spus că mă iubeşte. În prezent avem doi fii minunaţi şi suntem

căsătoriţi de mai bine de şapte ani”.

Virginitatea: o chestiune intimă sau un secret?

Ar părea destul de inutil să vorbim despre virginitate, dacă luăm în considerare revoluţia sexuală din anii ’60 şi impactul pe care l-a avut asupra societăţii împărţirea prezervativelor în sălile de clasă în anii ’90. Din fericire, este necesar să abordăm acest subiect, pentru că virginitatea revine în atenţie ca o virtute şi ca o protecţie împotriva sarcinilor nedorite, avorturilor, bolilor cu transmitere sexuală, scăderea respectului de sine generată de relaţiile intime lipsite de o semnificaţie sentimentală şi de goliciune interioară.

O ascultătoare s-a convertit la religia mormonilor după ani de practicare a sexului liber.

„În comunitatea mormonilor, atunci când te căsătoreşti, este de la sine înţeles că te căsătoreşti cu o persoană virgină, pentru că ei sunt învăţaţi de la vârste fragede să nu aibă relaţii sexuale în afara căsniciei. În adâncul inimii mele ştiam că ar fi fost nedrept faţă de viitorul meu soţ să îi ascund trecutul meu şi să îl lipsesc de posibilitatea de a hotărî dacă să se căsătorească sau nu cu mine. I-am mărturisit, deşi am avut nevoie de foarte multă putere şi m-am temut îngrozitor că îl voi pierde. El a continuat să mă iubească şi am devenit mai apropiaţi unul de celălalt datorită faptului că i-am împărtăşit secretul meu”.

Şi credeaţi că sexul este ultima etapă a intimităţii!

Însă problema cu adevărat importantă este următoarea: ce anume spui? câţi parteneri? Câte poziţii? Astfel de detalii le dau oamenilor dureri de cap. Să explici ce s-a întâmplat în mintea şi sufletul tău la un moment dat este o modalitate de a te apropia de partener. Să dai detalii este un lucru pe

care îl faci atunci când îţi vinzi povestea unei reviste de scandal, dezgustătoare, de genul celor care se vând la colţ de stradă.

O ascultătoare mi-a adresat o astfel de întrebare:

„Ar trebui să îi spun soţului meu câţi parteneri sexuali am avut înainte de a-l cunoaşte pe el f Lui i-am spus că am avut cinci, pentru că mi s-a părut un număr rezonabil, însă adevărul este că au fost mai degrabă vreo zece. I-am spus o minciună pentru că nu am vrut să mă creadă o femeie uşoară.

Când eram foarte tânără, am făcut nişte alegeri din dorinţa de a fi acceptată. Mi-am dat seama mai târziu că nu făceam decât să mă îndepărtez de oricine şi orice avea valoare pentru mine. Ar trebui să îi spun acum adevărul soţului meu şi să risc să îl fac să sufere? S-ar putea să nu fie prea înţelegător, deoarece el a avut o singură parteneră înainte de a mă cunoaşte, iar valorile lui sunt foarte tradiţionaliste”.

Iată şi răspunsul. Soţul trebuie să afle cum stau lucrurile începând de la cuvintele: „Când eram foarte tânără. până la: „... oricine şi orice avea valoare pentru mine”. Acest fragment îi va spune ceva despre tine. El trebuie să afle următorul lucru: că tu erai dezorientată, sufereai şi ai folosit sexualitatea ca pe o metodă de a te descoperi pe tine şi de a-ţi găsi liniştea. De la acel stadiu ai evoluat la femeia minunată care eşti acum. Iată ce este valoros în povestea ta pentru el şi ce nu ar trebui să rămână secret. Numărul de parteneri sexuali este o chestiune intimă – şi asigură-te că va rămâne aşa. Astfel de detalii nu adaugă ceva relaţiei, ci o sărăcesc.

Dacă nu este vorba despre sex, este vorba despre bani

Probabil că este adevărat faptul că secretele se împart în două mari categorii: sexualitatea şi banii.

Iată ce scria o ascultătoare:

„Am auzit de o mie de ori că banii constituie una dintre principalele cauze ale problemelor într-o relaţie. Sunt o femeie de 24 de ani, pe punctul de a mă căsători. Prietenul meu nu ştie încă, dar am o situaţie financiară dezastruoasă în ce priveşte datoriile din perioada când aveam 18 – 22 de ani.

Ştiu că ar trebui să îi spun, dar până acum nu a fost niciodată nevoie; eu am o maşină, iar în prezent locuim într-o casă închiriată. Însă adevărul se va afla atunci când vom vrea să cumpărăm o casă. Trăiesc cu spaima că un fost creditor mă va găsi şi va da totul în vileag, poate îmi va lăsa un mesaj pe robotul telefonic sau ceva asemănător.

Târăsc secretul acesta după mine şi îl simt ca pe o piatră de moară legată de picior. Ştiu că acest secret va avea un impact negativ asupra lui în viitor; odată căsătoriţi, situaţiile noastre financiare vor fi ca una singură… El este convins că şi eu sunt la fel de responsabilă în ce priveşte banii cum este el. Acum situaţia mea este în regulă, dar asta pentru că nimeni nu îmi mai acordă credite, aşa că nu am datorii curente, ci numai o situaţie îngrozitoare a datoriilor mele anterioare”.

Este de-a dreptul stupid şi inutil să crezi că vei putea ţine secret ceva ce aparţine de domeniul actelor publice. Nu faci decât să adaugi minciuni unei probleme care trebuie rezolvată. Din moment ce această tânără şi-a „schimbat comportamentul iresponsabil”, înseamnă că povestea ei este una pozitivă. Cea mai bună metodă de a-i spune partenerului despre „monştrii” ascunşi, urâţi şi fioroşi ai trecutului este să găseşti un aspect pozitiv al poveştii.

Vă mai ofer un exemplu de situaţie care părea

fără speranţă. O ascultătoare mi-a scris:

„Faptul că nu i-am spus soţului meu despre incredibila datorie pe care o acumulasem înainte de căsătorie a generat multe probleme care au afectat întreaga familie. Am ascuns adevărul, în loc să îi împărtăşesc problema mea, iar asta l-a mâhnit şi l-a înfuriat – mai ales după ce fondurile returnate după calcularea impozitelor ne-au fost reţinute pentru a plăti datoria mea.

Mi-a spus că ar fi fost mult mai bine să îi spun adevărul de la început. Acum, fondurile returnate, care ar fi trebuit să meargă în contul COpiilor şi să acopere cheltuielile de vacanţă, urmează să acopere datoria mea.

Aşa că – fără secrete atunci când acestea pot afecta negativ întreaga familie. Nu numai că te minţi pe tine însuţi şi îţi înşeli partenerul, dar şi copiii au de suferit".

Deci care ar fi putut fi aspectul pozitiv al poveştii? Ce ziceţi de o astfel de abordare: „Dragul meu, înainte de a ne cunoaşte aveam un set de priorităţi, dar după aceea, priorităţile mele s-au schimbat. Înainte aveam impresia că lucrurile pe care le cumpăram mă făceau să mă simt bine şi să fiu fericită. Aşa că am cheltuit cam mult şi am acumulat datorii. Acum, de când te-am cunoscut pe tine, am înţeles că dragostea, devotamentul, obligaţiile familiale sunt cele care îţi fac într-adevăr viaţa frumoasă şi te fac fericit. Problema este că felul meu prostesc de a vedea lucrurile în trecut mi-a adus datorii. Îmi doresc foarte tare să mă căsătoresc cu tine şi să avem copii împreună. Vreau ca tu să ai încredere în mine şi să mă respecţi, aşa că îmi voi rezerva timpul necesar pentru a plăti datoriile înainte de căsătorie, astfel încât să poţi avea încredere în

maturitatea mea şi în intenţiile mele”.

Pun pariu că ar fi dat rezultate!

Adesea, secretele sunt un simptom

Uneori, secretele sunt modul în care oamenii încearcă să se ferească de problemele serioase şi triste care există într-o relaţie. În loc să se confrunte cu problemele, să ceară ajutor, să încerce să se schimbe sau să conştientizeze inutilitatea bolnăvicioasă a situaţiei lor, oamenii folosesc pasta secretelor pentru a lipi digul care stă să se prăbuşească. Nu merge niciodată.

Iată ce scria un ascultător:

„Cunosc oameni care trebuie să furişeze lucrurile noi pe care le aduc în propria casă. Poate fi vorba de o haină nouă, un CD, film sau o carte. Fac din aceste lucruri un secreţ în loc să conştientizeze faptul că relaţia lor este bolnavă din moment ce nu le permite să fie indivizi cu responsabilităţi, drepturi, autodisciplină şi respect. De obicei, oamenii păstrează secrete pentru a evita o confruntare”.

Cu siguranţă, aceasta nu este o relaţie între doi adulţi egali, care se iubesc şi cărora le pasă de bunăstarea partenerului, ci o relaţie bazată pe teamă şi dominare, înşelăciune şi manipulare. Când adevărul este ascuns, şansele de îmbunătăţire, îndreptare sau armonie sunt minime. În astfel de cazuri, secretele înlocuiesc confruntarea cu adevărul şi realitatea.

O altă ascultătoare a ajuns să înţeleagă modul în care a recurs la secrete pentru a păstra o relaţie fragilă:

„După ce am depăşit câteva probleme grave pe care le-am avut în căsnicie, bănuiesc că m-am bazat pe faptul că lucrurile mergeau din nou bine. Într-o bună zi, cină făceam contabilitatea şi plăteam facturile săptămânale, mi-am dat seama că făcusem o greşeală

de calcul şi pierdusem 200 de dolari. Aşa că am luat aceeaşi sumă din contul nostru de economii pentru a acoperi deficitul.

Nu am vrut să îi spun soţului meu pentru că nu voiam să vadă ce greşeală copilărească am făcut şi doream să evit o ceartă. Când m-a întrebat într-o zi de contul de economii, l-am minţit şi i-am spus că suma rămăsese aceeaşi.

Azi-dimineaţă a văzut suma din contul de economii şi a descoperit că luasem banii. Mi-a cerut o explicaţie. Însă, când am început să îi explic ce se întâmplase, mi-am dat seama cât de stupid suna”.

Dacă încerci să îmbunătăţeşti o relaţie străduindu-te să pari perfect, asigurându-te că nu vei fi prins atunci când faci greşeli, sau făcând în aşa fel încât să pară că ai întotdeauna dreptate, de fapt înseamnă că nu foloseşti uneltele potrivite pentru a construi o relaţie sănătoasă şi plină de iubire. În primul rând, toate aceste mijloace te au pe tine în centru – nu pe el, ea sau noi! Ascunderea deciziilor sau acţiunilor greşite este o formă de minciună şi poate afecta serios relaţia, pentru că distruge credibilitatea şi încrederea pe care o are partenerul în tine. Probabil că cel mai important element al unei relaţii este încrederea pe care o ai în intenţia partenerului de a nu te răni niciodată, pe tine sau relaţia.

Pentru a câştiga încrederea partenerului şi credibilitate, nu trebuie să îi laşi niciodată impresia că îl poţi păcăli cu scopul de a evita o confruntare, o ceartă, asumarea responsabilităţii, o imagine negativă, faptul că ai greşit sau că nu deţii controlul. Cuvântul „noi” trebuie să fie mai presus de toate.

Un alt aspect al problemei este „reversul medaliei”: în loc să te asiguri că ai o imagine pozitivă

în ochii partenerului, poţi încerca să îţi protejezi partenerul de el însuşi, o tactică la fel de ineficientă pentru a avea o relaţie sănătoasă pe termen lung. Exact aşa a procedat, din nefericire, una dintre ascultătoarele mele:

„Soţul meu ţine foarte mult ca toate facturile să fie achitate la timp; nu ar fi deloc o problemă, numai că el vrea în acelaşi tip să cheltuiască prea mult pe lucruri care nu ne sunt neapărat necesare. Prin urmare, am ascuns existenţa unei datorii de 800 de dolari pe cartea de credit (care este doar pe numele meu), încercând cu disperare să o achit fără ca el să afle. Cele 800 de dolari s-au strâns din una, din alta, plătind întreţinerea, căldura etc., nu au fost cheltuiţi aiurea. El a folosit banii din contul nostru curent pentru a-şi cumpăra unelte, ceea ce a făcut să rămânem fără bani pentru cheltuielile casei. Soţul meu se înfuria întotdeauna când îi spuneam că nu ne permitem un anumit lucru, voia să ştie care este motivul şi asta m-a determinat de multe ori să îi spun: «Da, iubitule, poţi să îţi cumperi, săptămâna aceasta avem nişte bani disponibili» când, de fapt, noi nu aveam, iar apoi foloseam cartea mea de credit pentru a achita telefonul sau energia electrică.

Urăsc să existe secrete între noi”.

Dacă ar fi sunat în timpul emisiunii, i-aş fi sugerat să îi lase lui pe mână cheltuielile casei. Trebuie să îi cumpere o agendă electronică, astfel încât să afle şi el exact cât costă mâncarea, întreţinerea etc. Acum el este ca un copil irascibil căruia nu îi pasă de ceea ce există, ci numai de ceea ce vrea. Secretul o face pe ea să trăiască în frică, iar pe el îl împiedică să se maturizeze.

Când ai secrete, eşti singur

Cea mai tristă urmare a păstrării secretelor într-

o căsnicie este faptul că eşti singur cu spaimele şi problemele tale. Evident, această stare este contraproductivă. pentru intimitate. O ascultătoare mi-a scris despre mariajul ei. Mi-a povestit cum logodna a durat un an de zile, perioadă în care s-au înţeles asupra unor aspecte precum religia, familia, munca şi priorităţile financiare. Ea a rămas însărcinată când soţul ei era în ultimul an de facultate. Atunci au început toate lucrurile să meargă prost. Ea a descoperit că din contul lor de economii lipseau sume mari de bani, el începuse să ia note proaste, pentru ca în cele din urmă să ajungă să nu se mai ducă deloc la facultate. Îşi pierdea în schimb timpul prin oraş, lăsând-o singură acasă cu cei doi gemeni.

Deşi ea era hotărâtă să divorţeze, au mers mai întâi la un centru creştin de consiliere.

„Îţi ia o grămadă de timp pentru a reconstrui încrederea pierdută şi încă mai am sentimente ostile pe care nu ezit să i le mărturisesc! Soţul meu avea un secret teribil: nu putea face faţă presiunii tuturor responsabilităţilor – facultatea, serviciul şi sarcina mea. Greşeala lui a fost că a acoperit spaimele cu minciuni. Primele minciuni au atras alte minciuni, şi tot aşa. Astfel s-a ruinat încrederea, unul dintre cele mai valoroase lucruri într-o căsnicie. Am făcut eforturi mari pentru a ne reconstrui mariajul. Cred că soţului meu i-a venit greu să îmi mărturisească temerile lui.

Acum ştie şi regreta ceea ce a făcut. Se pot învăţa multe din povestea noastră. El mi-a ascuns anumite lucruri pentru că s-a temut că adevărul va distruge relaţia noastră. Însă nu adevărul, ci minciunile au fost cele care aproape ne-au distrus căsnicia”.

Indiferent dacă partenerul este sau nu cel mai frumos, cel mai deştept, cel mai de succes, cel mai

amuzant, cel mai sexy şi cel mai drăguţ om la care aţi visat vreodată, reamintiţi-vă că această persoană a jurat să înfrunte viaţa alături de dumneavoastră. Acesta este avantajul celor care nu sunt singuri. Fiecare dintre noi suntem o entitate distinctă, diferită. Este nevoie de un munte de încredere pentru a ajunge să îţi pese, să ai grijă de o altă persoană şi în acelaşi timp să îi permiţi sau chiar să o inviţi să aibă grijă de tine; înseamnă că ţi-ai diminuat mândria şi orgoliul, întinzându-ţi braţele într-o îmbrăţişare a încrederii.

Cu toţii înfruntăm mai bine greutăţile dacă luptăm alături de cei pe care îi iubim. Nimeni nu este iubit pentru că este perfect – suntem iubiţi pentru că dăm dovadă de compasiune, fragilitate, tandreţe, grijă faţă de alţii, umor, sensibilitate şi credibilitate. Niciodată nu va fi bine în momentul în care un secret stupid va ieşi la suprafaţă. Este mult mai bine să ne înghiţim mândria, să recunoaştem adevărul şi să ne confruntăm cu el împreună cu partenerul. Toate relaţiile devin mai puternice atunci când partenerii se confruntă împreună cu dificultăţile sau încercările venite din exterior.

Scrisoarea unei ascultătoare este ca un rezumat al spuselor mele:

„L-am ascuns sentimentele mele. L-am lăsat să creadă că totul era în regulă, când de fapt eu nu mă simţeam bine. Când mi-am dat seama că îl urăsc, m-am speriat. Din clipa în care nu mi-am mai ascuns sentimentele, TOTUL s-a schimbat în relaţia noastră. A fost nevoie de multă muncă şi multă credinţă, dar am rămas împreună şi ne apropiem de aniversarea a 15 ani de căsnicie. Acum ştim amândoi cât rău poate face un secret nemărturisit”.

Nu putem iubi dacă nu avem încredere. Nu putem fi apropiaţi dacă ne ascundem. Cea mai mare

parte a secretelor nu au ce căuta în intimitate. Secretele şi intimitatea sunt ca polii magnetici de acelaşi fel: se resping reciproc.

Secrete pozitive

Ca o completare a ceea ce am discutat până acum, trebuie să subliniez că există momente când adevărul poate deveni crud şi distructiv. Poate că astfel de cazuri ar trebui să le numim „secrete pozitive”. De exemplu, nu ar trebui să îi spui niciodată partencrului/partenerei că apetitul tău sexual dispare subit când îi vezi începutul de chelie, „coaja de portocală” de pe coapse, colăceii de grăsime, sânii „postnatali”, labele de gâscă, părul cărunt, mersul greoi, kilogramele în plus, şi aşa mai departe. Trebuie să îmbătrânim graţios şi să acceptăm cu delicateţe îmbătrânirea şi imperfecţiunile partenerului.

De asemenea, nu ar trebui să îi spui niciodată partenerului că te-ai simţit atras de o altă persoană reală. Ar trebui în schimb să te sustragi tentaţiei şi să îţi măreşti atenţia şi afecţiunea pe care le acorzi soţului/soţiei. Este uimitor cât de multe satisfacţii poţi primi acordând o atenţie specială partenerului, decât dacă dai frâu liber unor fantezii pline de mânie.

Spre supărarea unora dintre ascultătorii mei, le-am spus celor care m-au sunat că ar fi bine să ducă cu ei în mormânt secretul unei scurte idile pe care au avut-o DACĂ ŞI NUMAI DACĂ regretau cu adevărat; mărturisirea unui astfel de secret poate avea un efect devastator asupra mariajului şi familiei, iar copiii nu au decât de suferit, în general, le recomand oamenilor să spună adevărul dacă întâmplarea se repetă sau dacă este vorba de o relaţie de durată, deoarece, în acest caz, nu mai este vorba de o „întâmplare”, ci mai degrabă de un grav defect de caracter.

Atunci când secretul eşti chiar tu

Unul dintre cele mai neobişnuite răspunsuri pe care le-am primit de la ascultătorii mei de radio pe tema secretelor a venit de la o femeie căreia i se făcuse de curând cunoştinţă cu un bărbat de care se simţea foarte atrasă sexual; când a fost întrebat, acesta a recunoscut că avea deja o prietenă. Cei doi s-au întâlnit întâmplător o lună mai târziu.

„Nici nu-mi trecea prin gând să mă culc cu el, ştiind că are o prietenă. Însă în noaptea aceea, stând în acelaşi pat, am sfârşit prin a face dragoste. Au trecut patru săptămâni de atunci, iar el spune că nu are de gând să rămână o veşnicie cu prietena lui şi nici nu vrea măcar să se căsătorească cu ea, însă ţine secretă relaţia cu mine, iar eu nu suport să fiu «secretul» cuiva.

Relaţia mea cu el este benefică pentru mine?

Dacă aş refuza să mă mai întâlnesc cu el, credeţi că va renunţa la prietena lui? Credeţi că ar fi partenerul potrivit pentru mine în condiţiile în care ar renunţa la ea?”

Am impresia că ascultătoarea mea îşi imaginează că a fi jucăria sexuală a cuiva este un compliment şi începutul unei relaţii frumoase. Ei bine, iată răspunsurile mele, în ordinea în care au fost puse întrebările: Nu. Cui îi pasă? Puţin probabil.

Această scrisoare demonstrează că, uneori, cele mai grave secrete sunt adevărurile pe care le ascundem de noi înşine. Pornind de aici, lucrurile nu pot decât să se înrăutăţească.

Egoism stupid „De câţi oameni egocentrişti este nevoie pentru a schimba un bec? De unul singur.

Egocentristul va ţine becul ridicat spre filet şi va aştepta ca lumea să se învârtă în jurul lui!” April, o ascultătoare

Acest citat a fost post scriptum-ul scrisorii lui

April. Prima parte a scrisorii a constat într-o mărturie sinceră a problemei egocentrismului în cadrul unei relaţii; în fond, această expresie este un oximoron.

„Fiind o nativă a zodiei Berbecului, am un «orgoliu» enorm pe care trebuie să îl controlez. Acum sunt căsătorită şi îmi iubesc căsnicia mai mult decât orice, însă, atunci când eram tânără, aveam o mentalitate de tipul «fiecare pentru sine», ceea ce reprezintă o gândire egocentristă. Astăzi ştiu că FIECARE PARTICIPANTÂNTR-0 RELAŢIE TREBUIE SĂ ADUCĂ CEVA VALOROS ŞI SPECIAL PENTRU ACEA RELAŢIE. TREBUIE SĂ NE GÂNDIM LA MEMBRII FAMILIEI NOASTRE ŞI SĂ ACŢIONĂM ÎN

INTERESUL FAMILIEI/RELAŢIEI... CHIAR ŞI ÎN ZILELE ÎN CARE SUFERIM DE

SINDROMUL PREMENSTRUAL ACUT!

Dacă suntem egocentrici în relaţia pe care o avem înseamnă că suntem proşti, pentru că nimeni nu vrea să trăiască alături de o astfel de persoană! Dumneavoastră vreţi f Eu nu. Cu toţii trebuie să ne maturizăm şi să ne dăm seama că universul nu se învârte numai în jurul nostru”.

Sunt sigură că, citind scrisoarea lui April, v-aţi spus în gând: „Mda, este evident... ce mare scofală?” Vă dau dreptate. Teoria ar trebui să fie evidentă. Păcat că punerea ei în practică le dă bătăi de cap atât de multor oameni! Problema nu constă într-o epidemie de mutaţii genetice care au produs oameni egocentrişti, lipsiţi de consideraţie, egoişti, defensivi prin atitudini ostile, insensibili, speriaţi sau confuzi, care nu ştiu cum poţi să „devii una cu cel de lângă tine”.

Dintotdeauna au existat oameni ale căror personalităţi sunt incompatibile cu intimitatea sănătoasă. Însă mai este ceva nou sub soare: accentul

pe care îl pune societatea pe individ şi hotărârea de a valoriza împlinirea PERSONALĂ, realizarea PERSONALĂ şi fericirea PERSONALĂ, ca fiind independente de obligaţii, angajamente şi sacrificii.

Iată ce a observat una dintre ascultătoarele mele: „Încercarea mea de a fi «o femeie independentă» a avut un efect negativ asupra relaţiei mele. Am descoperit că, pe măsură ce deveneam mai «eu însămi», participam mai puţin la viaţa «noastră». Începusem să mă gândesc mai mult la nevoile individuale deck la cele ale familiei. Am fost destul de norocoasă să am un soţ care m-a readus la realitate. Acum, am «simţul propriei individualităţi» în cadrul familiei”.

Jim, un alt ascultător, a ajuns la aceeaşi concluzie:

„Sunt un bărbat destul de puternic pentru a renunţa la «drepturi» şi «individualism» pentru binele membrilor familiei mele. Reuşesc acest lucru pentru că mă gândesc în primul rând la ei şi la nevoile lor, apoi la mine. Văzând această atitudine la mine, şi ei renunţă la drepturile lor de dragul meu. Este o situaţie în care toată lumea câştigă.

Însă trebuie să ştiţi că nu aş reuşi singur, dar prin puterea lui Dumnezeu oricine poate să se gândească întâi la celălalt şi mai apoi la el însuşi. Bazându-ne numai pe puterile noastre, suntem prea egoişti şi individualişti”.

Scrisoarea lui Jim evidenţiază un aspect deosebit de contestat al societăţii contemporane: poate cineva să fie „bun” şi „moral” fără Dumnezeu? Senatorul Joseph Lieberman, în timpul campaniei pentru postul de Vicepre-şedinţe din anul 2000, s-a văzut pus într-o situaţie neobişnuită atunci când religia sa ortodoxă i-a adus simultan titlul de „om foarte moral, cu un

caracter deosebit” şi o critică (din partea oamenilor care îl susţineau) prin care i se reproşa afirmaţia lui, că religia şi moralitatea merg mână în mână. Oameni buni, hotărâţi-vă!

Realitatea este că laicismul este pragmatic, iar spiritualitatea este transcendentală. Societatea noastră a ajuns să valorizeze individul mai presus de valorile şi virtuţile colective şi, odată cu el, revendicările unor grupuri autopro-clamate, protestele, mânia, iraţionalitatea, radicalismul, intimidarea şi chiar terorismul direct. Cu alte cuvinte, grupările formate în jurul unor interese vor spune şi vor face orice este necesar pentru a-şi îndeplini obiectivele* fără să ţină cont de onestitate, bunătate sau adevăr. Indivizii care apără valorile tradiţionale (religioase) vor fi luaţi în râs, transformaţi în paria şi marginalizaţi.

Transformarea societăţii are ca rezultat o populaţie care este în mod făţiş egoistă. În trecut, era foarte probabil să auzim îndemnuri precum: „Întreabă-te ce poţi face tu pentru ţară”, în vreme ce astăzi sloganurile la modă sunt: „Mda, şi eu cu ce mă aleg? Nu mă poţi obliga! Am dreptul să fac asta! Şi vreau să fac asta!”

Dumnezeu a murit – trăiască EUL!

Am citit în ultima vreme o grămadă de prostii publicate în cotidianele de mare tiraj, care afirmau că nu este nevoie să credem şi să respectăm „Poruncile lui Dumnezeu” pentru a fi miloşi şi morali. Ni se dădeau ca exemple comportamentele animalelor. Un exemplu pe care l-am citit de curând era cel al furnicilor, care sunt capabile să se sacrifice formând din propriile trupuri un pod peste apă pentru ca alte furnici să poată trece. Chiar vă puteţi închipui furnicile stând la sfat şi filosofând despre moralitatea

sacrificării unora pentru binele celor mulţi? Bineînţeles că nu!

Comportamentul lor este înscris în programarea lor genetică – se numeşte „instinct”. Instinctul nu este ceva raţional, ci este un reflex.

Atunci când urşii masculi se mută într-un teritoriu locuit de urşi femele şi progeniturile lor, iar urşii masculi ucid puii pentru a se împerechea cu femelele, nu vedem, de fapt, un comportament psihopat. Suntem martorii unui comportament instinctiv, adânc înscris în genele animalelor, care asigură perpetuarea genelor noilor masculi şi nu a genelor rivalilor lor.

Atunci când vedeţi un pompier care luptă cu un incendiu şi se năpusteşte într-o clădire cuprinsă de flăcări, gata să se prăbuşească, pentru a salva copiii altcuiva, nu este vorbă despre instinct (care, în acest caz, ar fi să o rupă la fugă!), ci despre devotament, compasiune, responsabilitate, eroism… şi, poate, exaltarea pe care ţi-o dă înfruntarea unui pericol. Din interviurile care li se iau eroilor, aflăm prea puţin în afară de faptul că eroul a fost învăţat că aşa este bine şi normal.

Aceasta este moralitatea, o trăsătură specifică omului, fără îndoială legată de încercarea spirituală de a ne depăşi instinctele animale.

Valorile familiei… nasol!

Presa predominant libertină varsă râuri de cerneală pe marginea noţiunii de „valori ale familiei”. În loc să respecte căsătoria pentru că uneşte, sprijină, încurajează, iubeşte şi motivează doi oameni, presa face din această instituţie un obiect al dispreţului permanent şi o condamnă ca fiind exploatarea şi dominarea femeilor, o otravă în stil victorian contra plăcerii sexuale şi o barieră falsă şi opresivă în calea

tendinţei naturale către poligamie.

În mod inevitabil, pierderea respectului pentru obligaţiile familiale a dus la apariţia unei societăţi egocentriste, care se chinuie să dea un sens vieţii.

În ultimii ani, nu am asistat la o celebrare a libertăţii, ci la tristeţe, singurătate şi confuzie, pentru că paradisul făgăduit s-a dovedit a fi un tărâm în care curg râuri de lapte acru şi miere amară.

Valorile familiei se referă la sex, căsnicie şi copii. Voi aborda fiecare dintre aceste aspecte pe rând.

Sexul

Revoluţia sexuală ne-a promis sex fără angajamente şi responsabilităţi, promiscuitate fără raţiune şi acte sexuale fără concepţie (pilula contraceptivă sau pilula de a doua zi) – pe scurt, căutarea plăcerii personale. Mişcarea feministă ne-a învăţat că toate aceste lucruri erau bune. Cu alte cuvinte, voiau să spună că, dacă femeile sunt descătuşate de moralitate, modestie şi căsătorie, orgasmele vor fi mai dese şi mai explozive. În realitate, am pierdut logodna, iubirea idilică, starea de a fi îndrăgostit, cavalerismul, angajamentul şi căsătoria. Se pare că majoritatea femeilor nu sunt deloc fericite, pentru că au plătit această eliberare cu un preţ prea mare, iar în plan personal efectele sunt devastatoare.

Sexul a devenit un fel de sport, atât pentru bărbaţi, cât şi pentru femei. Dacă, altă dată, o sarcină însemna, fără doar şi poate, asumarea responsabilităţii, astăzi bărbaţii merg mai departe cu inima uşoară, în timp ce femeile rămân cu libertatea lor de a face avort sau a-şi creşte singure copilul. Este ironic faptul că încă există o tendinţă de a critica taţii denaturaţi pentru că nu-şi asumă responsabilitatea pentru copiii lor, în timp ce o mamă care face un avort

nu este văzută deloc ca fiind o mamă denaturată, în ciuda faptului că decizia ei este cea care aduce moartea. De ce se face atâta caz de taţii denaturaţi, când femeile pot lua sperma de la o bancă de spermă sau de la un partener sexual care nu are nici cea mai vagă idee pentru ce este folosit şi pot fi, întocmai ca vedetele de film sau televiziune, mame care îşi cresc singure copilul fără să fie criticate pentru asta? Se pare că femeile se contrazic singure.

Dar ce putem spune despre „sexul protejat”? Nu există aşa ceva. Esenţa intimităţii, uniunea dintre bărbaţi şi femei întru plăcere şi procreare înseamnă orice altceva decât siguranţă, pentru că se omite încrederea. Lăsând la o parte bolile venerice, avorturile şi nefericiţii copii nelegitimi, trebuie să ne gândim la suferinţele repetitive provocate de „seriile de monogamii”, la singurătatea şi vidul care rezultă în cele din urmă din sexul fără context.

Căsnicia

Căsnicia este văzută acum ca fiind, în cel mai bun caz, o promisiune fragilă. Tinerii cu care vorbesc se tem de „angajamente” pentru că au văzut prea puţine astfel de lucruri la părinţii şi colegii lor de generaţie. Cum ne putem aştepta din partea tinerilor să îşi dăruiască inima şi să fie dispuşi să iubească şi să aibă încredere, dacă propriile vieţi le-au fost traumatizate, uneori prin repetate pierderi ale uniunii familiei şi a stabilităţii, pentru că părinţii lor se căsătoresc, divorţează, se cuplează, merg mai departe la nesfârşit?

Prin urmare, aceşti tineri speriaţi, dar singuri, care au dorinţe, nevoi şi chiar speranţe, ajung şi ei să se cupleze. Contrar speranţei lor de a-şi găsi partenerul potrivit în această perioadă de probă, statisticile ne arată că depresiile, anxietatea,

infidelitatea şi violenţa în relaţiile maritale sau nemaritale ating cote ridicate; în timp, numărul despărţirilor este în creştere. Din nefericire, prea mulţi copii se nasc în astfel de relaţii fragile, copii care vor suferi alături de părinţii lor din cauza pierderilor şi despărţirilor.

În trecut, ascultătorii mei de radio ajungeau să se gândească la divorţ în urma unor suferinţe teribile provocate de alcoolism, violenţă sau legături extraconjugale. În zilele noastre, divorţurile par a fi provocate de un simţ ai dreptului la bucurie şi satisfacţie în orice chip.

Cea mai surprinzătoare tendinţă actuală este aceea de a privi mariajul ca fiind arareori idealul spre care tind străduaniile cuiva. Câteva femei, de exemplu, m-au sunat în timpul emisiunii pentru a se plânge că soţii lor sunt „dominatori”, deoarece nu săreau în sus de bucurie atunci când ele aveau ocazia să plece din ţară câteva luni sau ani de zile pentru a face un curs sau un stagiu, sau pentru a profita de „ocazia unică într-o viaţă de om” oferită de o slujbă. Poftim?

Un alt exemplu de ascultători care şi-au exprimat clar intenţia de a nu lăsa mariajul să le stea în calea realizărilor personale este cel al bărbatului care se întreabă dacă este în regulă să îşi lase copilul de câteva luni în grija unor rude timp de un an şi jumătatea sau doi, pentru ca părinţii copilului să se poată ocupa în continuare de carierele lor profesionale. Poftim?

Pe vremuri, căsătoria presupunea că doi oameni înţelegeau în cele din urmă că cea mai de preţ realizare în viaţă însemna să faci parte din ceva mai puternic decât propria persoană: familia şi copiii. Astăzi, căsnicia înseamnă să ai pe cineva alături, atâta vreme cât te simţi bine în această situaţie, în timp ce

tu îţi vezi liniştit de viaţa ta. Aceasta este o formă pură de egoism.

Copiii

Statutul de părinte este unul dintre cei mai buni profesori pentru a învăţa ce sunt generozitatea, altruismul, devotamentul, menirea, compasiunea sau dragostea. Vieţile celor mai mulţi dintre noi devin mai serioase şi mai pline de înţeles atunci când devenim responsabili pentru alţii.

Până şi acest aspect a fost contracarat de o societate orientată către elementele „eu", „carieră" şi

„Realizare", care falsifică realitatea (din cauza unor anumite grupuri cu preocupări sociologice şi psihologice) pentru a-i convinge pe părinţi că fiii şi fiicele lor nu au nevoie decât ca părinţii să câştige bani şi să fie fericiţi. Creşe, grădiniţe şi bone cu normă întreagă, cu program de seară, cu program pentru caz de boală, cu program de vacanţă sau orice altfel de program sunt considerate o binecuvântare pentru libertatea individuală a adulţilor. Ba chiar au existat „studii".

care susţineau că mamele casnice au un efect negativ asupra dezvoltării copiilor pe plan intelectual şi social. Până unde poate merge josnicia unui curent pentru a-şi justifica existenţa? Evident, până foarte departe.

Responsabilitatea pentru căsnicie şi participarea în cadrul ei, sexul conjugal şi educaţia copiilor reprezintă modul în care un individ trăieşte nu numai pentru alţii, ci şi pentru viitorul altor indivizi şi al omenirii. Această atitudine este, cu siguranţă, opusul narcisismului, dorinţei de plăcere, realizări şi satisfacţii imediate, care predomină în zilele noastre.

Feminismul

„Mi-a părut foarte rău să aflu că Barbara Hall îi

atribuia lui Maxine din Judging Amy1 un interes pornit din dragoste. Maxine este o femeie independentă, realizată exclusiv prin propria ei persoană. Sunt prezentate foarte multe moduri prin care ea poate continua să se realizeze de una singură… un hobby, sau alte preocupări de ajutorare a societăţii. Credeam că feminismul a depăşit teoria aceea veche de când lumea, conform căreia femeile au nevoie de un bărbat…" Jan Wining, West Hills, California (The New York Times, Scrisoare către redactor, 9 aprilie 2000).

Ceea ce mă întristează cel mai tare, pe lângă faptul că aceste cuvinte au fost scrise de cineva care locuieşte în aceeaşi regiune ca mine, este încercarea de a nega o realitate biopsihologică a femeilor normale şi sănătoase, care îşi doresc şi se bucură de relaţia cu un bărbat. Hobbyurile, munca şi alte preocupări reprezintă un aspect minunat, creativ şi necesar al vieţii unei persoane, bărbat sau femeie, însă impulsul unei legături profunde este normal, natural şi important. Mă scoate din minţi încercarea feministelor de a nega această realitate de necombătut şi faptul că, astfel, provoacă suferinţă multor femei.

„Sunt o feministă… reformată. Am 22 de ani… şi, cându-vă, am crezut că puteam face tot ceea ce voiam într-o relaţie, deoarece eram o femeie tânără şi puternică. Nu doream să fac nimic deosebit pentru «omul» meu. Deseori eram defensivă… pentru că eram îndopată de toate prostiile feminismului şi nu voiam să îi pregătesc cina sau să am o relaţie intimă cu el. Acum, însă, înţeleg că este necesar să faci lucruri pentru partener astfel încât el să fie fericit. Nu le pot suferi deloc pe femeile acelea casnice, care apar în emisiuni de televiziune şi se plâng că sunt sclavele bărbaţilor, deoarece soţii lor le cer să găsească

curăţenie în casă şi cina pregătită atunci când se întorc acasă după o zi de muncă… Este o nebunie din partea lor! Trebuie să faci anumite sacrificii într-o relaţie, însă nu este un sacrificiu să îţi faci partea ta de treabă, ci un lucru firesc”.

Ia te uită! Aceasta este o revelaţie importantă a feministelor: „… nu este un sacrificiu să îţi faci partea ta de treabă, ci un lucru firesc”. Este vorba de munca în echipă, nu de oprimarea ovarelor. Şi eu mă consider o feministă reformată. Fiind studentă în anii ’60, am fost „luminată” şi am ajuns să cred că mariajul şi maternitatea erau un fel de conspiraţii menite să îmi distrugă puterea, valoarea şi glasul. Pândeam cu grijă orice cuvânt, nuanţă, atitudine, sugestie, explicaţie, reacţie sau comportament ca nu cumva să fie o dovadă a încercării lui de a mă domina sau a lipsei lui de respect faţă de mine ca femeie.

În acelaşi timp, purtam haine frumoase şi mă machiam, speram să fiu invitată în oraş, aşteptam din partea bărbatului cu care ieşeam să îmi deschidă uşa şi să achite nota de plată, iar când ajungeam în faţa uşii mele la sfârşitul serii, făceam pe ruşinoasa. Cât de antipatică puteam să fiu! Totuşi, privind înapoi, îmi dau seama că, în realitate, exista o discrepanţă între presiunile sociale şi tendinţele naturale, în lunga perioadă de timp care a trecut de atunci, am învăţat că feminitatea, modestia şi preocupările casnice nu sunt orori, şi nici asasinii libertăţii şi individualităţii. Ele sunt elemente speciale pentru viaţă, valori şi relaţie, care nu vin să „înlocuiască”, ci vin să

„Completeze”.

Iată ce scria o ascultătoare:

„Am crescut cu mentalitatea feministă conform căreia niciun bărbat nu putea să îmi dicteze. De abia acum încep să înţeleg că această mentalitate a

exercitat o presiune exagerată asupra mariajului meu. Cred că cea mai mare problemă mi s-a tras din felul mea de a fi «şi-n căruţă, şi-n teleguţă». Existau momente când îmi doream să fiu prinţesa, iar soţul meu să fie cavalerul: «Salvează-mă, iubitul meu soţ», pentru ca apoi să urlu: «Cum îndrăzneşti să îmi pretinzi aşa ceva

?» Uneori eram arogantă şi infatuată”.

Coexistenţa sentimentelor de neîncredere feministă faţă de bărbaţi şi de desconsiderare pentru latura feminină a fost cauza confuziei şi disperării multor femei care se simţeau vinovate pentru că le plăcea ideea că femeile sunt altfel decât bărbaţii.

Am primit scrisoarea următoare de la o ascultătoare:

„Primul an al relaţiei noastre a fost un iad. Încercam să fiu eu însămi, o femeie puternică şi independentă. Rareori îi ceream permisiunea pentru a face anumite lucruri sau pentru cum cheltuiam banii, mai ales dacă eu personal consideram că procedam corect. Sunt oarecum masculină, în sensul că îmi place munca fizică şi mă îmbrac mai tot timpul în blugi şi tricouri. Rareori mă machiez, port bijuterii sau mă dau cu parfum. Ei bine, se pare că nu asta îşi dorea el. Se supăra pentru că nu mă îmbrăcam mai des elegant, nu îl consultam în legătură cu deciziile majore pe care le luam, ref uzam să joc rolul «sexului slab» şi făceam o muncă de bărbat (eram asistenta unui medic veterinar, ceea ce presupunea ridicarea unor greutăţi mari şi un efort fizic intens). La început, am fost uimită pentru că acest bărbat chiar DOREA o astfel de femeie.

Sunt fiică şi nepoată de preot… Ştiam că Biblia spune să fii supusă bărbatului, însă la început nu am înţeles adevăratul sens al acestor cuvinte. Ele NU

ÎNSEAMNĂ «LASĂ-ŢI BĂRBATUL SĂ TE CALCE ÎN PICIOARE», înseamnă doar să te gândeşti în primul rând la el şi să îl laşi pe el să fie capul familiei în luarea deciziilor. Am învăţat că a face compromisuri într-o căsnicie nu înseamnă doar să mergi la un restaurant mexican atunci când ţi-e poftă de mâncare chinezească. Înseamnă să faci compromisuri faţă de viaţa ta şi de propria persoană pentru că îţi iubeşti partenerul. Uneori îl rog intenţionat pe soţul meu să ridice ceva greu, chiar dacă ştiu foarte bine că aş putea să fac asta şi singură, însă cererea mea îl face să se simtă util. Alteori mă îmbrac elegant doar pentru el, pentru că îl face să se simtă dorit.

Nu am renunţat la MINE pentru el (încă plănuiesc să devin medic veterinar şi să cresc cai în propria mea fermă). Tot ce am făcut a fost să aduc modificări mie însămi în schimbul unei iubiri mai profunde şi a armoniei în căsnicie. Cred că merită!”

Sinceră să fiu, în anii mei de feminism aş fi leşinat dacă aş fi citit această scrisoare, pentru că se pare că ea a cedat, se preface pentru a măguli orgoliul soţului şi a depus armele în favoarea rolurilor sexiste. Cât eram de naivă când ignoram realităţile legate de femei şi bărbaţi – mijloacele subtile prin care femeile şi bărbaţii creează anumite relaţii definite de iubire şi unitate.

La sfârşitul anilor ’70 şi în anii ’80, după ce mi-am obţinut licenţa în terapia cuplului, familiei şi copilului, m-am trezit pusă în situaţia de a sfătui multe cupluri care aveau probleme de stabilire a relaţiilor în contextul unei societăţi noi. Indiferent dacă partenerii erau căsătoriţi sau doar logodiţi, recurgeam adesea la un singur sfat; le spuneam bărbaţilor (femeilor) să îşi trateze partenerul ca pe o femeie (bărbat), nu doar ca pe o persoană inteligentă, o fiinţă umană, un amic, un

partener sau o creatură de genul neutru. Uimirea şi împotrivirea cu care mă confruntam erau uriaşe! Cu toate acestea, m-am ţinut de planul pe care îl aveam, acela de a le aminti oamenilor că, în ciuda nivelul de inteligenţă şi talentelor extraordinare, rămânem bărbaţi sau femei, cu creiere şi sisteme endocrine organizate diferit, în moduri oarecum complementare, care trebuie respectate şi luate în considerare.

Am observat că doi oameni, într-o căsnicie, dacă nu recunosc femininul şi masculinul în fiecare dintre ei şi nu acordă acestor aspecte respectul, admiraţia şi atenţia pe care le merită, devin mai pretenţioşi, mai puţin răbdători şi înţelegători şi mai lipsiţi de atenţie şi consideraţie faţă de partener – cu alte cuvinte, devin egocentrişti. În momentul în care am reuşit să îi fac să înţeleagă că era necesar ca amândoi să exprime ceea ce aveau specific masculin/feminin, ei au descoperit o parte a relaţiei lor pe care până atunci o ignoraseră sau o devalorizaseră. Ambii parteneri deveneau mai drăguţi unul cu celălalt.

Se pare că o femeie are tot dreptul să se plângă din cauză că un bărbat nu îşi exprimă, nu vorbeşte despre el şi nu îi împărtăşeşte emoţiile lui, astfel încât ea să se simtă implicată şi folositoare. Nu de acelaşi respect se bucură un bărbat care se plânge de faptul că o femeie nu are nevoie de el pentru a descoperi şi a rezolva problemele, pentru a o apăra şi a-i asigura existenţa, adică ceea ce are mai specific personalitatea unui bărbat. Cum vine asta? Explicaţia este simplă: feminismul şi dorinţa de a feminiza bărbaţii.

Iată un exemplu de astfel de ostilitate obtuză:

„Îmi amintesc vorbele lui ca şi cum le-aş fi auzit ieri; mi-a spus că eu nu aveam într-adevăr nevoie de el pentru că puteam şi singură să schimb uleiul de

motor, să tund peluza sau să construiesc un debarcader. Parcă m-ar fi lovit cu parul în moalele capului – mi-am dat seama că el nu înţelegea nevoile mele emoţionale, ci doar celelalte nevoi specifice ale statutului de bărbat/femeie”.

Dar ce ziceţi de faptul că ea nu înţelegea nevoile fizice şi practice? De ce partenerii intră în competiţie în loc să colaboreze? Din fericire, următoarea ascultătoare a înţeles cum stau lucrurile:

„Am fost educată să fiu «independentă». «Poţi realiza tot ceea ce îţi propui. Nu te baza pe ceilalţi dacă vrei să fii fericită.» Am fost «trădată» de un adult, de la vârsta de 9 ani până la cea de 15 ani, şi am fost nevoită să îmi asigur supravieţuirea, astfel încât latura mea «independentă» a devenit şi mai puternică.

După ce ne-am certat seara trecută… ultimele lui cuvinte au fost: «Tu nu ai nevoie de mine, tu nu te bazezipe mine pentru nimic… Tu faci tot ceea ce doreşti fără să te gândeşti şi la mine.»

Avea dreptate. Cuvintele lui m-au tulburat pentru că îl iubesc atât de mult pe acest om, iar eu şi fiul nostru suntem cele mai importante fiinţe din viaţa lui… Ei bine, mentalitatea «femeie independentă» chiar face rău într-o căsnicie, îl îndepărtează pe soţul meu şi îl face să se îndoiască de capacitatea lui de a fi un adevărat soţ”.

La începutul carierei mele de terapeut mi s-au predat tot felul de tehnici pentru a lucra cu oamenii care au tendinţa de a controla totul. În primul rând, am fost învăţată să iau în calcul teama, care este parte componentă a nevoii de control: teama de a nu pierde propria identitate, siguranţa, iubirea sau teama de schimbări. Noţiunea de control era, aşadar, de natură nevrotică.

Mai târziu, feminismul a schimbat total percepţia acestei probleme şi a decis: controlul este ceva ce se întâmplă automat în relaţia cu un bărbat, iar dacă nu controlezi totul în propria viaţă, atunci eşti patetică, nevrotică, lipsită de putere şi vulnerabilă în faţa capriciilor unui tiran al cărui nume este S-O-L. Văleleu! Ce încurcat! Staţi puţin, să simplific: dacă bărbaţii deţin controlul – este rău, dacă femeile deţin controlul – este bine! Aşa, acum v-aţi edificat, nu?

O altă ascultătoare a înţeles că lucrurile nu sunt deloc atât de „simple”:

„Eu şi soţul meu ne-am căsătorit când am descoperit că sunt însărcinată; aveam 24 de ani. Atunci când am hotărât să ne căsătorim, i-am spus că intenţionam să continui să lucrez… şi urma să păstrăm totul «egal şi separat». Eu aveam contul meu în bancă, iar el îl avea pe al său. Ba chiar făceam declaraţii de venituri separate. Nici nu voiam să aud că aş fi putut fi «dependentă» de bărbatul meu. După ce s-a născut fetiţa noastră, am realizat că NU aveam cum să mă întorc la serviciu şi să o las cu o bonă sau să o dau la creşă. Nu i-am mărturisit nimic soţului meu… cum aş fi putut să îmi recunosc «slăbiciunea» şi, mai mult decât atât, să devin «dependentă» de el? În schimb, am devenit furioasă şi plină de resentimente… îl uram pentru că există! Uram faptul că urma să nu mai am propriii mei bani şi, în consecinţă, niciun fel de putere în cadrul relaţiei, din moment ce eu nu contribuiam financiar la întreţinerea casei.

Urma să devin mamă şi dependentă de un bărbat… adică tot ce fusesem îndoctrinată să resping. M-am înscris la universitate şi mi-am mai obţinut o licenţă… în mintea mea, aveam nevoie de o slujbă din care să scot bani frumoşi, să pot avea grijă de copil şi

să nu depind de soţul meu. Pe perioada cursurilor de asistenţă medicală am petrecut din ce în ce mai puţin timp cu soţul şi fiica mea.

Astăzi cred cu toată convingerea că Dumnezeu avea alte planuri. Am descoperit emisiunea doamnei dr. Laura Schlessinger în timp ce făceam naveta între casă şi universitate, ascultând-o la radioul din maşină. Priorităţile mele s-au schimbat. Am înţeles că atitudinea şi comportamentul faţă de soţul meu nu veneau de la Dumnezeu – aş fi ajuns în cele din urmă să îmi distrug căsnicia şi să-mi despart fetiţa de tatăl ei în numele independenţei mele… şi din cauza mândriei mele prosteşti.

Îmi iubesc soţul… îmi iubesc copiii… şi ador să fiu «dependentă» de el. Mă rog la Dumnezeu să fiu un exemplu mai bun pentru fiica şi fiul meu. M-am transformat în femeia pe care eu şi colegii mei încercam să o eliberăm în timpul anilor de studenţie… şi sunt foarte bucuroasă”.

Multe femei sunt furioase din cauza preţului pe care îl plătesc pentru „bunurile” vândute de societatea de consum şi de generaţiile anilor ’60 şi ’70. „Ne-au sucit minţile. Lăsaţi femeile să fie ceea ce vor şi respectaţi-le decizii-le”, scria o ascultătoare. Este paradoxal cum chiar cele care îmbrăţişau ideea de ALEGERE CU ORICE PREŢ, feministele, se refereau doar la alegerile lor, desconsiderându-le pe ale celorlalţi, aşa cum procedează, de altfel, majoritatea grupărilor radicale.

O universitate de prestigiu din partea de est a ţării, de exemplu, a permis unei grupări radicaliste să elimine din broşura de prezentare a universităţii referirile la rata ridicată de căsătorii în rândul absolvenţilor. Motivul? Respectivii susţineau că este o formă de discriminare împotriva celor care aleg să nu

se căsătorească şi o afirmaţie sexistă prin faptul că îi liniştea pe părinţi că educaţia fiicelor lor nu va submina dorinţa sau capacitatea acestora de a se căsători. Mi s-a părut îngrozitor faptul că „alegerea” excludea o activitate firească, naturală şi poruncită de Dumnezeu de la începuturile lumii: unirea bărbatului cu femeia prin sfânta cununie, care să creeze climatul stabil, bazat pe iubire, în care să poată fi crescuţi copiii. Vai, cât de lipsiţi de respect putem fi!

Vreau să fiu singur… dă-te la o parte!

Sunt uimită de măsura în care liberalizarea sexului, a convieţuirii şi a aducerii pe lume de copii a creat confuzii şi dezastre majore în cadrul relaţiilor, prin accentuarea lui „eu” faţă de „noi”.

Aceasta este, probabil, una dintre cele mai frecvente chestiuni discutate în emisiunea mea de radio, pentru că ascultătorii se războiesc în legătură cu ceea ce ar trebui să li se permită, în ciuda faptului că sunt căsătoriţi, şi ceea ce partenerii lor nu ar trebui să facă, tocmai pentru că sunt căsătoriţi!

„Căsătorit, dar fără obligaţii” este o problemă recurentă, deoarece societatea noastră îl iubeşte pe

„Eu” şi nu pare să le impună oamenilor niciun fel de obligaţii rezonabile, limite sau îngrădiri. Astfel, am avut, timp de opt ani, un preşedinte de stat care şi-a recunoscut în cele din urmă infidelităţile, minciunile şi sperjurul. Avem lideri ai drepturilor civile care îşi recunosc copiii nelegitimi, lucruri care dăunează comunităţii. Ce mai modele! mai mult, există destul de puţine manifestări de dezaprobare sau consecinţe semnificative ale acestor fapte. Ce poate, aşadar, să înţeleagă omul obişnuit? Că, în cele din urmă, nimic nu este greşit şi nu există niciun tip de comportament care să te transforme într-un om rău sau imoral (exceptând, poate, criticarea acestor comportamente

pe baze religioase) – în cel mai rău caz, putem vorbi de o jenă trecătoare. Sper că alegerea lui George W. Bush semnalează o mişcare spirituală, filosofică şi comportamentală de îndepărtare faţă de acest mod distructiv de a gândi şi acţiona.

Foarte mulţi oameni sunt victimele mentalităţii „căsătorit, dar fără obligaţii" şi nu sunt deloc încântaţi:

„«Dreptul meu de a ieşi noaptea cu prietenii în timp ce tu eşti însărcinată este mai important deck sentimentele şi nevoile tale». Doamne, era ultimul lucru pe care îmi doream să îl aud pe vremea aceea, când stăteam trează toată noaptea, aşteptându-l pe «tată» să vină acasă. Am învăţat o lecţie importantă: un om care te iubeşte va sta seara cu tine şi vă veţi uita împreună la filme, chiar dacă tu moţăi mai tot timpul. Acest «tată» a dispărut la şase luni după naşterea fiului nostru… probabil că era important să îşi continue ieşirile cu băieţii".

Am susţinut întotdeauna că o femeie nu ar trebui să se căsătorească cu un bărbat pe care nu îl crede capabil să înoate printre rechini pentru a-i aduce o limonadă. De asemenea, un bărbat nu ar trebui să se căsătorească cu o femeie care nu are un simţ al umorului şi răbdare în legătură cu

„Treburile bărbăteşti".

Există câteva modalităţi clare prin care oamenii aleg să fie „căsătoriţi, dar fără obligaţii": banii şi cheltuielile, hobby-urile, dependenţele, „relaţiile prin Internet" şi activităţile în afara mariajului.

„Soţul meu face o mare greşeală în mariajul nostru. Cheltuieşte bani pe lucruri scumpe, de cele mai multe ori motociclete şi piese de schimb, iar de curând a cumpărat o maşină Camaro fără să îmi spună. Are impresia că toate acestea i se cuvin, aşa că

nu este nevoie să discute despre cheltuielile lui. Nu ne putem permite să cumpărăm asemenea lucruri. Simt că m-a trădat şi, după ce s-a întâmplat de nenumărate ori ca el să ascundă de mine ceea ce a cumpărat, iar eu să aflu după ceva timp, căsătoria noastră este sortită eşecului".

Îmi place la nebunie scuza aceasta: „Mi se cuvine". De unde vine sentimentul acesta imatur de a fi „îndreptăţit"? Să fie oare de vină răsfăţul părinţilor? Sau o societate în care succesul se măsoară prin valoarea achiziţiilor? Indiferent de unde provine şi cum îl privim, este o atitudine ego-centristă. Aşa cum le reamintesc ascultătorilor mei, atunci când ne căsătorim, renunţăm la privilegiul de a face ce vrem, când vrem, pur şi simplu pentru că aşa vrem. În timp ce pentru unii renunţarea este o realitate catastrofică, cei mai mulţi dintre noi o vedem ca pe un schimb benefic; în urma acestui schimb, putem avea pe cineva căruia să îi pese de binele nostru, putem avea un scop pentru care să trăim şi să muncim în afară de noi înşine şi ne putem bucura de confortul unei relaţii. Fericirea nu este completă dacă nu este împărtăşită.

O ascultătoare mi-a scris despre egoismul ei de a avea „prietenii" în afara mariajului:

„De-a lungul unei relaţii de aproape opt ani pe care o am cu un om minunat, au existat multe perioade tulburi, care au avut la origine ambiţia mea de a face tot ceea ce vreau… să am prieteni pe care îi aleg eu însămi… să merg acolo unde vreau să merg. Această atitudine pe care am adus-o în relaţie din teama de a nu mă transforma în ceva asemănător mamei mele şi de a nu îi permite lui să îmi fure sufletul, nu a făcut decât să îl înstrăineze de mine şi să îl determine să fie şi mai nesigur, şi mai autoritar.

De exemplu, la un moment dat, aveam un coleg

de serviciu pe care îl chema David şi la care ţineam foarte mult. Obişnuiam să mă întorc de la serviciu şi să vorbesc despre lucrurile pe care David le-a spus sau care îmi plăceau la el, fără să mă gândesc nicio clipă ce efect aveau asupra lui Russell (logodnicul meu). Singurul lucru la care mă gândeam era: «N-o să-mi spună el MIE ce prieteni să-mi aleg!»

În cele din urmă am înţeles că atitudinea mea îl rănea pe Russell şi îl făcea să fie bănuitor şi gelos. De atunci am realizat că, dacă voiam ca lucrurile să meargă bine pentru el şi, prin urmare, pentru noi, nu puteam continua să am prieteni de sex opus pe care să îi târăsc după mine în relaţia noastră. Nu voi mai uita că omul pe care trebuie să îl laud şi să îl admir este cel cu care am ales să fiu şi pe care îl iubesc”.

Deseori sunt întrebată, cu destulă mânie aş putea spune, de ce oamenii căsătoriţi nu ar trebui să aibă prieteni apropiaţi de sex opus cu care să vorbească, să aibă preocupări comune şi aşa mai departe. Încerc să le explic celor care mă întreabă că nu ar trebui să avem un comportament care să provoace neplăceri sau suspiciuni în căsnicie. Nu ar trebui să vorbim cu o persoană din afara mariajului despre chestiuni intime legate de noi înşine sau de partenerul nostru (este mai bine să păstrăm astfel de lucruri pentru preotul care ne confesează sau pentru terapeutul nostru). În general, este o minciună atunci când se spune că nu este implicat niciun aspect al legăturii femeie-bărbat într-o astfel de prietenie. Probabil că cel puţin unul dintre cei doi are „anumite intenţii”, ceea ce explică de ce ambii sunt atât de „înţelegători”. Nicio persoană căsătorită nu ar trebui să se implice în mod repetat într-o situaţie cu potenţial romantic. Oamenii bisericoşi, de exemplu, nu rămân niciodată singuri cu o persoană de sex opus – ei

îşi dau seama că trebuie să evite ceea ce s-ar putea crede sau întâmpla, din respect faţă de jurămintele pe care le-au făcut la cununie.

Aşa cum scria un ascultător, unii oameni ţin mai mult la dependenţele lor decât la jurămintele pe care le-au făcut – bineînţeles, negându-şi dependenţa şi protestând, în schimb, că „au dreptul”!

„Soţul meu este hotărât să fie un «bărbat independent», ceea ce afectează relaţia noastră aproape la fel de mult ca infidelitatea. Soţul meu este alcoolic. Cred că alcoolul este cel mai bun prieten şi amanta lui. Întotdeauna face numai ce vrea. Se înfurie foarte repede, în loc să fie dispus să discutăm. Apoi, dacă îndrăznesc să mă apăr împotriva atacurilor lui verbale, mă pedepseşte refuzând să mai vorbească cu mine timp de două zile! îl iubesc atât de tare pentru felul în care se poartă când nu bea, însă, atunci când este un bărbat «care îşi aparţine numai lui însuşi» şi face numai ce-i place (adică bea), mi-aş dori să fiu oriunde pe lumea asta, numai acasă nu!”

Soţul unei alte ascultătoare are un hobby. Preocupările recreative sunt bune pentru a ne relaxa şi a da frâu liber creativităţii. Cu toate acestea, unii oameni se ocupă de o astfel de activitate ca şi cum ar fi singuri. O ascultătoare mi-a povestit că soţului ei îi place să vâneze. Când relaţia lor era la început, el lipsea deseori de acasă, plecând câte trei-patru zile la sfârşit de săptămână. Pe ea nu o deranja pentru că, până la urmă, erau doar logodiţi, nu căsătoriţi.

„Suntem căsătoriţi de 17 ani şi avem împreună trei fiice minunate, iar pasiunea lui îl ţine departe de familie cel puţin două sau trei săptămâni pe an, plus câteva sfârşituri de săptămână. Din cauză că este plecat în interes de serviciu cam trei zile pe săptămână, lipseşte destul de mult de acasă de-a

lungul anului. Nu îmi ascultă rugăminţile de a reduce din timpul dedicat vânătorii măcar până când fiicele noastre vor termina liceul. Crede că acela este DREPTUL lui şi consideră că tentativele mele de a-i mărturisi suferinţa mea sunt de fapt încercări de a fi autoritară".

Cunosc sau aud despre foarte mulţi oameni care cred că munca sau preocupările lor sunt un fel de drept inalienabil, faţă de care obligaţiile familiale scad în intensitate. Tocmai de aceea m-am bucurat când unul dintre redactori a renunţat să mai lucreze pentru revista mea The Dr.

Laura Perspective (Punctul de vedere al dr. Laura). Se pare că în fiecare seară lucra articolele, acasă, până târziu. Într-o seară, soţia şi copiii lui nu au venit acasă şi nici nu au telefonat. Era înnebunit. Atunci când a reuşit să dea de ei, în sfârşit, soţia l-a întrebat de ce ar fi trebuit să vină acasă devreme, din moment ce el oricum nu era prezent cu adevărat. Şi-a dat demisia a doua zi, pentru a putea petrece mai mult timp cu familia. Îi simt lipsa îngrozitor de tare, însă îi respect foarte mult decizia corectă pe care a luat-o.

Prea mulţi bărbaţi şi prea multe femei sunt grozav de mândri de carierele lor şi îşi neglijează familiile, identificându-se în acelaşi timp cu un fel de eroi. O femeie a sunat de curând la emisiunea mea şi mi-a spus că este o profesoară extraordinară şi consideră că numărul copiilor care beneficiază de munca ei depăşeşte cu mult sacrificarea propriilor copii, care suferă abandonaţi la creşă. I-am spus că ideea conform căreia profesia este mult mai importantă decât copiii ar fi trebuit să îi vină înainte de a rămâne însărcinată. Oricum, pentru faptul că avea un copil, înseamnă că Dumnezeu a binecuvântat-o cu o responsabilitate pe care trebuie să şi-o asume

înainte de gâdilarea orgoliului profesional. I-am sugerat să aştepte până când copilul va merge la grădiniţă şi abia atunci să reînceapă să predea.

Ultimul dintre subiectele acestui capitol, însă la fel de important, se referă la noul fenomen „al relaţiilor amoroase pe Internet". Ca să fiu sinceră, acest subiect mi se pare demn de milă. L-am abordat în emisiunile mele de radio şi de televiziune şi în revista pe care o conduc şi sunt şocată de lipsa de umanism şi profunzime a celor care au astfel de relaţii. Nu există niciun fel de perspectivă, de adevăr, de profunzime, de realitate, nu există nimic valoros. Acest fenomen este, de fapt, gâdilarea amorului propriu. Totuşi, această preocupare prin care pari a fi cu adevărat important pentru cineva şi prin care ţi se îndeplinesc dorinţele (responsabilităţile şi obligaţiile nu fac parte din fantezie, bineînţeles) a distrus un număr îngrijorător de cămine şi căsnicii.

„Fosta mea soţie a considerat că trebuie să încerce să îşi descopere identitatea. Habar nu aveam eu că noul nostru computer avea să transforme femeia cu care eram căsătorit de 15 ani într-o persoană despre care îmi era greu să cred că este soţia mea. Într-o zi, mi-a cerut să divorţăm. Am aflat că avea o relaţie «on-line» cu un bărbat pentru care era dispusă să sacrifice tot. Două luni mai târziu, am reuşit să îl conving pe judecător să îmi încredinţeze custodia celor doi fii ai noştri (de 15 şi 12 ani), iar ea şi-a părăsit copiii şi statul în care locuiam şi s-a mutat în New Jersey împreună cu noul ei iubit cibernetic. Eu am rămas acasă, încercând să le explic copiilor de ce a plecat mama lor".

Eu, personal, nu pot înţelege cât de mare trebuie să fie egoismul astfel încât cineva să poată abandona, dintr-o toană, tot ceea ce s-a construit şi pe toţi cei

care depind de respectiva persoană de dragul unei fantezii smintite despre sex şi libertate. Îmi pot imagina că mi-aş putea închipui aşa ceva. Însă pur şi simplu nu mă pot vedea făcând un astfel de lucru. Oamenilor le vine din ce în ce mai uşor să se comporte astfel, pentru că societatea nu îi mai condamnă, nu îi mai critică, nu îi mai pedepseşte. Mă aştept ca membrii familiei femeii cu legătura cibernetică să fie ostili faţă de oricine ar spune un cuvânt urât despre ea – până la urmă, familia este familie. Chiar şi atunci când îi părăseşti pe ai tăi?

Un bărbat, un ascultător al emisiunii mele, rezumă mentalitatea „căsătorit, dar fără obligaţii”:

„Am descoperit că lupta pentru drepturile sau individualitatea mea este egoistă, dovedeşte lipsă de consideraţie pentru alţii şi transmite copiilor un mesaj greşit. Este nevoie ca eu să dau un exemplu personal. Dacă te respecţi pe tine însuţi, nu este nevoie să lupţi pentru drepturile tale, pentru că ştii cine eşti şi nu trebuie să demonstrezi nimic. Dacă renunţ la drepturile şi la individualitatea mea pentru alţii şi primesc în schimb binecuvântarea lui Dumnezeu, atunci aşa să fie!”

Dacă doar eu contez… tu nu mă poţi răni

Ceea ce îi determină pe oameni să fie egocentrişti în relaţiile lor are legătură cu imaturitatea, lipsa de experienţă, modelele de viaţă greşite, tipurile de personalitate, obişnuinţa, autoapărarea şi combinaţiile care rezultă din elementele de mai sus.

De exemplu, o ascultătoare scria:

„Trăind foarte multă vreme singură, m-am obişnuit să-mi port singură de grijă, iar dacă sufeream în vreun fel, nu trebuia să afle nimeni despre durerea mea şi oricum nu era treaba nimănui. Atunci când m-

am logodit, felul meu de a fi ne-a afectat relaţia foarte mult, pentru că mi-a luat ceva timp înainte să înţeleg că este imposibil să devin o singură fiinţă cu altcineva şi, în acelaşi timp, să rămân în continuare «călăreţul singuratic». Trebuia să împărtăşesc atât gândurile şi lucrurile mele, cât şi chestiunile foarte personale. Nu mi-a fost deloc uşor, dar trebuie să îi mulţumesc lui Dumnezeu pentru omul răbdător şi îngăduitor care este acum soţul meu. Am învăţat multe de la el şi m-a ajutat să înţeleg că el era lângă mine ca să mă ajute, nu ca să mă rănească, şi nu eram obligată să fac nimic singură".

Aşa cum au învăţat mulţi dintre cei care au urmat o terapie eficientă, oamenii care au suferit nu arareori se răzbună pe partenerii lor – aplicând o mentalitate de genul: „Eu am suferit din vina altcuiva, aşa că tu trebuie să mă răsplăteşti".

Aceasta era (accentuez era) percepţia unei ascultătoare:

„Am crescut într-o casă în care am suferit abuzuri sexuale, emoţionale şi fizice – tatăl meu ne-a molestat pe mine, pe fraţii şi pe surorile mele... ca şi pe mulţi dintre prietenii şi verii noştri. Din cauza vieţii de acasă, fratele meu a recurs la droguri, iar eu şi sora mea la promiscuitate. Sunt uimită de cât de proastă şi egoistă eram şi cât de mult am evoluat. La un moment dat, aveam impresia că lumea întreagă îmi datora ceva pentru faptul că eram o pasăre cu aripile frânte.

Atunci când o persoană abordează viaţa cu mentalitatea «libertate în tot ceea ce faci», nu există standarde de comportament şi nici ceva pentru care să merite să trăieşti. Mi-am construit o viaţă decentă şi demnă de respect, bazată pe valori la înălţimea cărora trăiesc acum – împreună cu familia mea".

Nu este deloc surprinzător faptul că oamenii care au ţ suferit în copilărie reacţionează într-un mod atât de hao-/ tic, respingând valorile, oamenii buni şi experienţele pozitive din cauza mâniei nerezolvate din trecut, a fricii de suferinţă sau pierdere, sau din cauza disconfortului pe care îl simt în prezenţa normalităţii după atâta haos. Totuşi, soluţia este întotdeauna dragostea, afecţiunea, angajamentul, scopul şi reîntoarcerea în „trenul valorilor spirituale” din care au fost daţi jos.

„Suferinţa” nu vine întotdeauna din copilărie, deşi experienţele din acea perioadă au un impact asupra felului în care o persoană se confruntă cu dificultăţile vieţii. Unii oameni au avut experienţe traumatizante pe care le generalizează, aplicându-le tuturor relaţiilor.

„Tocmai scăpasem dintr-un mariaj groaznic care durase şase ani, când. am cunoscut-o pe cea care avea să-mi devină a doua soţie. Prima soţie avea tendinţa de a controla totul, iar mie nu îmi plăcuse deloc această atitudine. Aşa că mi-am promis să nu mai permit niciodată să se întâmple aşa ceva. Nu am permis niciodată relaţiei dintre mine şi noua mea soţie să evolueze într-o relaţie de cuplu. Am ajuns la concluzia că profesia îmi aducea mai multe satisfacţii decât mariajul şi familia, în ciuda faptului că dintotdeauna cel mai mult îmi dorisem o căsnicie şi o familie. Când noul meu mariaj a luat sfârşit, m-am simţit foarte singur. Independenţa mea a fost cauza rupturii. A trecut un an de la divorţ”.

Autoapărarea duce la îndepărtare şi singurătate. Într-un fel, persoana în cauză a ales siguranţa în defavoarea riscului; dar fără să rişti, nu poţi câştiga. Dacă nu câştigi, nu ajungi la intimitate, iar fără intimitate nu există armonia şi siguranţa care rezultă

din faptul că eşti cunoscut şi iubit.

Răspunsul… deci deţin controlul!

Atunci când discut cu ascultătorii în emisiunea mea de radio despre problemele lor „de-o viaţă” şi ei se întorc în trecut pentru a explica originea problemelor pe care le au, le reamintesc că există două părţi ale comportamentelor actuale. Prima parte este formată de evenimentele declanşatoare (molestări, abandon etc.), iar a doua parte constă în ceea ce se cheamă „beneficii secundare”.

Beneficiile secundare se referă la avantajele care decurg din menţinerea problemei. Iată două exemple, unul dintre ele având legătură cu durerea, iar celălalt, cu alimentaţia în exces.

„Atunci când îi spun ceva şi ea nu face ceea ce i-am cerut eu, se înfurie şi începe să ţipe, apoi începe săplângă şi să povestească despre cât de nefericită a fost copilăria ei, spune că nimeni nu o iubeşte, nimănui nu îi pasă de ea. Sigur că mă înfurii pe ea atunci când nu vrea să facă nimic.

Singurul motiv pentru care nu o părăsesc este că îmi este milă de ea, deoarece pretinde că a fost molestată, abuzată, neglijată şi că nimeni nu a învăţat-o cum să se poarte în copilărie. Nu vreau să îmi petrec restul vieţii încercând să repar ceva ce nu se va repara niciodată”.

De-a lungul anilor, am vorbit cu multe femei care au recunoscut că îşi poartă durerile trecutului la vedere, ca pe un steag pe care îl flutură pentru a se declara depăşite de cereri, aşteptări şi responsabilităţi. Le este foarte greu să renunţe, pentru că toată simpatia şi toleranţa pe care le primesc le uşurează viaţa considerabil; se simt îndreptăţite şi au impresia că deţin controlul. Însă suferinţa continuă, mila şi agravarea problemelor sunt

un preţ prea mare pe care trebuie să îl plătească.

Evident, acest comportament este unul de tipul „deni-greză-te singur”, pentru că ajungi să nu mai fi respectat şi nu mai eşti capabil să faci nimic valoros. O ascultătoare mi-a povestit cum tatăl ei a făcut o adevărată problemă din kilogramele în plus pe care ea le avea în adolescenţă. A

făcut presiuni asupra ei pentru a o forţa să slăbească în perioada când era la pubertate şi kilogramele în plus nu erau decât o creşetere în greutate absolut firească. Ea nu se supraalimenta.

„Pentru a pretinde că aveam situaţia sub control, am început să mănânc pe furiş. Au trecut 19 ani de atunci şi sunt căsătorită acum cu un bărbat căruia i-am promis că mă voi menţine întotdeauna slabă şi sănătoasă. 20 de ani de promisiuni nerespectate şi echipamente de sport nefolosite, iar eu continuam să mănânc… de ciudă! Era felul în care îmi ceream dreptul asupra corpului meu. Acum urmez un tratament terapeutic, pentru că am înţeles că trebuie să-mi asum responsabilitatea pentru mâncatul meu „în compensaţie”. Comportamentul meu mi-a afectat căsnicia şi m-a afectat şi pe mine. Eram hotărâtă să le demonstrez tatălui/soţului meu că nu puteau avea controlul asupra corpului meu. Acum îmi dau seama pe cine am făcut să sufere în tot acest timp. Pe mine însămi”.

Aducerea vechilor probleme în mariaj şi familie este o dovadă de egoism născut din furie şi suferinţe nerezolvate; mai mult decât atât, este o dovadă de egocentrism: eu, suferinţele mele… tu nu o să abuzezi de mine!

Fiecare individ trebuie să aducă într-o relaţie cea mai sănătoasă, cea mai încrezătoare şi cea mai puţin agresivă parte a personalităţii sale. Folosirea în

momentul prezent a celor din jur, cu scopul de a ne vindeca sau răzbuna suferinţele din trecut, este un comportament egoist şi distructiv.

Plictisit înseamnă plictisitor

Este şocant să auzi oameni care îşi critică partenerul sau relaţia ca fiind plictisitoare. În realitate, înseamnă că orice relaţie poate deveni plicticoasă. Însă, cel mai adesea, nu suspectul (adică celălalt) este vinovatul. Problema este că oamenii plictisiţi sunt, de obicei, plicticoşi, numai că dau vina pe ceilalţi şi pe împrejurări.

Acesta este motivul pentru care oamenii sunt atât de şocaţi sau supăraţi atunci când le spun că, dacă s-au plictisit, ar face bine să devină mai interesanţi în loc să aibă pretenţii de la partener. Iar metoda chiar dă rezultate, credeţi-mă. Iată un exemplu:

„Sunt căsătorită de nouă ani. Acum trei ani de zile, mariajul meu se confrunta cu probleme serioase – în principal datorită încăpăţânării mele. Dacă soţul meu refuza să îmi ofere ce voiam, atunci putea să stea şi-n cap că nici eu nu îi

dădeam ceea ce dorea! Stăteam foarte rar de vorbă, aproape niciodată nu făceam lucruri împreună sau în familie, nu ne îmbrăţişam, nu ne atingeam şi nu ne sărutam niciodată. Voiam ca el să mă iubească în primul rând aşa cum doream eu, iar apoi l-aş fi iubit şi eu, aşa cum credeam că îşi doreşte el. Însă el era mămăligă, nu bărbat!

Am apelat la un preot pentru ajutor. El mi-a spus să mă gândesc la ceea ce aş putea face zi de zi special pentru soţul meu, astfel încât EL să ştie că este iubit. Întreaga şedinţă s-a concentrat pe ceea ce aş putea face eu. Era vorba despre ce puteam eu să dăruiesc. Mariajul meu s-a schimbat cu 180 de grade. După

numai câteva zile în care am fost «soţia soţului meu», el a început să încerce să descopere modalităţi de a mă face fericită. Nu pot accentua îndeajuns faptul că egoismul meu era problema. Acum am lângă mine bărbatul visurilor mele”.

Un alt ascultător a avut aceeaşi revelaţie:

„Chiar credeam că soţia mea nu mai avea niciun haz. Am citit o carte despre o mie de feluri de a spune «te iubesc» şi mi-am dat seama că eu eram o persoană cu adevărat egoistă. Am început cu lucruri simple, de exemplu, să fac ordine după mine, să îi pregătesc cina după ce avusese o zi grea, să îi las bileţele de mulţumire. Şi… să vezi şi să nu crezi! Tot felul de lucruri au început să se întâmple. Uşile comunicării s-au deschis larg, iar comunicarea şi viaţa noastră sexuală nu au fost nicicând mai bune.

Măi să fie, n-am ştiut niciodată că, dacă dăruieşti mult, primeşti înapoi înzecit… Ce n-aş da să fi ştiut acest lucru acum mulţi ani… şi câţi ani am irosit visând să plec în căutarea femeii perfecte când, de fapt, am avut-o tot timpul lângă mine şi am fost prea egoist ca să îmi dau seama”.

Tu vrei să spui… că există un TU?

Când bebeluşii vin pe lume, ei sunt centrul propriului univers; chiar şi pieptul mamei este perceput ca o extensie a lor. Pentru ei este un miracol şi un şoc să descopere că există şi alţi oameni, cu opinii, dorinţe, cereri, aşteptări, putere şi personalitate. Se presupune că atunci când devenim adulţi am învăţat deja să navigăm în lumea „celorlalţi şi să ne înţelegem cu alţii, folosind tehnici pe care le-am deprins de-a lungul anilor.

Uneori, însă, ne împotmolim în „eu” şi uităm că există un întreg univers format din ceilalţi. Există momente când nu avem nevoie decât de un ghiont

care să ne trezească din uitare. Alteori avem nevoie de o palmă după ceafă. Iată câteva cuvinte ale celor care au învăţat lecţia.

bs* Nu spun că tu greşeşti întotdeauna, ci că eu am m³ reu dreptate: „Când m-am căsătorit cu soţul meu, acum aproape 18 ani, primii noştri cinci ani au fost foarte grei. Amândoi avem defectele noastre, însă relaţia a început să respire de-abia după ce eu am încetat să îl critic şi să încerc să îl schimb.

Ist Nu noi ne certăm, tu te cerţi! „Am un temperament coleric şi separe că uneori dau vina pe oricine îmi iese în cale. Ne-am despărţit de curând, pentru că obosisem de atâtea certuri. Am fi putut evita totul dacă mi-aş fi dat seama la timp că nu eram decât un ţânc egocentrist şi răsfăţat, care trebuia să se maturizeze. Este nevoie de doi oameni pentru o ceartă şi ar fi trebuit să mă întreb care era contribuţia mea ia stai ea de conflict permanent”.

Dacă am face amândoi aşa cum spun eu, am fi cu toţii fericiţi: „Am crezut că dacă îl voi face să înţeleagă că am dreptate, atunci am putea face doar ce e bine şi totul ar fi perfect în căsnicia noastră. Nu mi-am dat seama că uneori nu eu aveam răspunsul sau soluţia corectă, ci trebuia să mă gândesc la ce era bun pentru noi AMÂNDOI”.

v E viaţa mea, nu? „înainte credeam că numai ce simţeam eu era important, din moment ce era vorba de viaţa mea. Acum am înţeles că lumea nu se învârteşte în jurul meu. Lumea este plină de oameni care au nevoi, exact cum am şi eu”.

Pentru foarte mulţi pare o sarcină extrem de dificilă să realizeze că fericirea şi iubirea nu se obţin prin forţă, nici nu ţi se oferă automat doar pentru că exişti. Cea mai mare parte din ceea ce primeşti o obţii dăruind. Dacă ai grijă de \ cei pe care îi iubeşti, chiar

şi atunci când suferi sau nu eşti) 0 bine dispus, sau când ei te-au supărat, nu numai că le de-y monstrează faptul că îi iubeşti, dar îi îndeamnă să îţi ofere mai mult.

Totul, în afară de unul pentru altul

Lupta împotriva egoismului este dificilă şi nu se termină niciodată. Şi asta pentru că toţi vrem, toţi avem nevoi, toţi avem impulsuri. Stăpânirea de sine, spre deosebire de egoism, cere sacrificii şi eforturi. Aceste strădanii înseamnă să ne facem timp unul pentru altul, înainte de orice altceva. Mai înseamnă să ne rezervăm timp pentru muncă, joacă, hobby-uri, copii, rude, activităţi religioase sau în folosul comunităţii. Uneori mă plictisesc văicărelile celor care sunt stresaţi şi epuizaţi din cauza „obligaţiilor faţă de studenţi, admiratori, clienţi, pacienţi…” Le reamintesc că este vorba despre alegere şi despre orgoliu. Orgoliul se referă la recunoştinţa pe care o primesc pentru că sunt atât de „minunaţi şi „necesari”. Alegerea se referă la negarea raptului că acţionează din orgoliu.

A Probabil că, pentru unii, o mie de admiratori în delir înseamnă mai mult decât o îmbrăţişare recunoscătoare din partea unui copil sau a soţului (soţiei), însă eu nu mă număr printre ei. Poate că mulţimile sunt sincere, dar tot le lipseşte profunzimea legăturii de la om la om pe care o ai acasă, cu copiii şi cu partenerul.

1

Judging Amy este un serial TV care s-a difuzat şi pe micile noastre ecrane (TVR 1), cu titlul Amy; Maxine este un personaj din acest serial.

Precum „o singură fiinţă” în faţa lui Dumnezeu

Unul dintre cele mai profunde adevăruri este acela că Dumnezeu ne-a creat incompleţi; şi nu o

diplomă de doctorat este cea care ne întregeşte. Ceea ce ne face să furi împliniţi este unirea cu un reprezentant al sexului opus. Un soţ, ascultător al emisiunii mele de radio, scria

„În ce priveşte statutul individual, atunci când te căsătoreşti, renunţi la el. De aceea, din momentul cer emoniei de nuntă se spune Dl şi D-na X. Oamenii care au probleme cu pierderea identităţii probabil că erau nesiguri pe ei de la bun început. Dumnezeu a spus că cei doi vor deveni unul singur. Aşadar, adevărul este că îţi pierzi identitatea numai pentru a câştiga o nouă identitate, una completă.

Un alt ascultător a întregit acest gând cu următoarea observaţie:

b Este uimitor cât de sinceri devin cei doi parteneri unul cu celălalt atunci când şi-l imaginează pe Dumnezeu ca fiind cu adevărat «şeful» în casă. Apreciem: cu toţii statutul nostru de bărbat sau femeie de sine stătători, dar, atunci când devenim o singură fiinţă, suntem de neoprit şi de nedespărţit”.

Aceasta este concluzia, în câteva cuvinte. Dacă e vorba doar de „mine” sau de „tine”, atunci este o ceartă. Dacă este vorba de „mine” sau de „tine” în faţa lui Dumnezeu, atunci e o sărbătoare…

Egoismul nu ne elimină doar partenerul, ci şi pe Dumnezeu, iar fără Dumnezeu nu există decât

„Eu. Dar „eu înseamnă, în ultimă instanţă, „singur”.

II

Mărunţişuri stupide

„Din toţi anii petrecuţi pe câmpul de luptă, am învăţat o lecţie pe care am aplicat-o şi în viaţa de civil. Atunci când mă înfurii din cauza unui lucru sau a unei persoane, înainte de a acţiona mă întreb: «Acesta este câmpul de bătălie pe care vreau să mor?» * Un

sergent major din Marină pensionat, ascultător al emisiunii de radio.

În emisiunea mea de radio am momente în care, vă jur, sunt convinsă că mi-ar fi mult mai uşor să conving pe cineva să renunţe la crimă, decât să îl conving să nu mai fie furios sau rănit (care, de fapt, înseamnă unul şi acelaşi lucru) din cauza unui inconvenient, a unei bagatele sau a unui stil personal. Şi, iertat să-mi fie, dar noi, femeile, suntem mult mai rele când vine vorba de mărunţişuri.

Ultima oară când am trecut printr-un control de securitate la aeroport, nu puteam înţelege de ce alarma continua să se declanşeze chiar şi după ce îmi scosesem cureaua, portofelul, bijuteriile, ce să mai vorbim, tot ce aveam în afară de măruntaie! însă „infractorul" era sârma de la sutien! Să fim serioşi, până unde poţi merge cu sensibilitatea unei maşinării fără să devii ridicol? Acelaşi lucru este valabil şi pentru femei, în general. Probabil că programarea biologică a femeilor este de o mai mare fineţe (femeile sunt mai sensibile) în ce priveşte nuanţele interpersonale, datorită faptului că ele sunt cele care dau naştere şi cresc copin, se ocupă de interacţiunile cu vecinii şi cu societatea. De câte ori aţi auzit istorisindu-se că, atunci când conducătoarea unei comunităţi matriarhale moare, se pierde legătura care unea familia? De multe ori. De câte ori aţi auzit spunându-se acelaşi lucru despre moartea conducătorului patriarhal? Niciodată.

Oricare ar fi planul de evoluţie şi beneficiile sensibilităţii la acţiunile celorlalţi, un lucru este sigur: putem vorbi de un nivel maxim atunci când ne referim la femei. Ca şi securitatea unui aeroport, sensibilitatea moderată este bună pentru a detecta problemele şi a le rezolva, însă sensibilitatea exagerată duce, de fapt,

la apariţia problemelor.

Nu vreau să spun că bărbaţii nu pot fi hipersensibili sau mofturoşi, numai că această trăsătură nu este prezentă atât de des la bărbaţi pe cât este la femei. Dacă bărbaţii ar fi la fel de sensibili ca femeile, nu ar mai exista atât de multe femei care, ajunse în amurgul vieţii, să se plângă de atâta amar de vreme din cauza unui partener insensibil, lipsit de atenţie, care nu-şi dă niciodată seama de nimic.

Voi folosi un exemplu dintr-o conversaţie pe care am avut-o de curând cu o ascultătoare, în timpul emisiunii melc de radio. Ea mi s-a plâns că în luna noiembrie, în timpul unei mici petreceri, o vecină şi prietenă a ei a invitat-o la petrecerea din noaptea de Crăciun pe care urma să o dea la ea acasă. Vecina i-a mai spus tot atunci că va fi plecată pentru câteva săptămâni înainte de Crăciun, căci voia să îşi viziteze rudele împreună cu familia. Era totul în regulă? Nu, bineînţeles că nu. Ascultătoarea mea m-a sunat în ianuarie, plângându-se că vecina ci a fost nepoliticoasă. Întrebarea pe care mi-a adresat-o a fost: „Ar trebui să-i spun verde-n faţă ce gândesc, sau să o ignor pur şi simplu?

„De ce, am întrebat-o eu, de ce ar trebui să alegi una dintre aceste variante? Ce s-a întâmplat?

„Ei bine, atunci când s-a întors din călătorie, nu m-a sunat ca să îmi spună exact la ce oră era petrecerea, aşa că nu m-am mai dus. Apoi, am aflat de la o altă vecină că petie-cerea avusese loc. Este o mincinoasă!

„Poftim?”, am îngăimat eu prosteşte. „Despre ce vorbeşti? Tu ai fost invitată. Ştiai că prietena ta avea numeroase obligaţii familiale şi avea destul de puţin timp la dispoziţie să pregătească petrecerea. De ce nu te-ai dus? De ce nu i-ai dat un telefon să o întrebi dacă

o poţi ajuta cu ceva? De ce nu…”

„Br era de datoria ei să mă sune!”, nu-a răspuns ascultătoarea mea furioasă.

„Stai puţin să lămurim problema. Dacă invit 100 de oameni la o petrecere, spunându-le când şi unde va avea loc, este de datoria mea să îi sun încă o dată pe toţi 100 cu puţin timp înainte de petrecere, doar ca să îi asigur că încă sunt invitaţi?”

„Păi… eu aşteptam un telefon”.

„Ştii ce, i-am replicat eu, dacă ai fi fost bărbat, te-ai fi dus la petrecere fără atâta tam-tam, şi ai fi dus şi-un butoi de bere pe umăr! Bărbaţii nu se ofuschează atâta din cauza unor bagatele. Ei nu irosesc timp preţios reflectând asupra tonului vocii, aluziilor, sincronizării, intenţiilor, expresiilor feţei şi tot restul. Ei îşi văd de ale lor. Noi de ce nu putem face la fel?”

„Nu ştiu. Aşadar, ce ar trebui să fac, să mă cert cu ea sau s-o ignor?”

„Eu una mă dau bătută”.

De cele mai multe ori, nu catastrofele mari ale vieţii fac cel mai mult rău, ci meschinăria care devorează seninătatea şi bunul-simţ, şi care este cea mai distructivă forţă a relaţiilor apropiate, în general, şi a relaţiilor dintre bărbaţi şi femei, în particular.

Scăpaţi-mă de un partener sensibil!

„Nu vă pierdeţi vremea şi nu intraţi în relaţii cu oameni sensibili!!! Hr, scria o ascultătoare care scăpase dintr-o relaţie cu unul dintre puţinii bărbaţi exagerat de sensibili care există pe planetă.

„Datorită faptului că am fost crescută de o mamă deschisă şi onestă, nu sunt exagerat de sensibilă. Am avut însă o relaţie cu un «bărbat sensibil» şi, ca şi cum n-ar fi fost de ajuns, am intrat în afaceri cu o

«femeie sensibilă». Doamnă dr. Laura, mi-am irosit prea mult timp cerându-mi iertare pentru lucruri

pe care nu le făcusem sau nu le intenţionasem. Din fericire şi spre marea mea uşurare, niciunul nu mai face parte acum din viaţa mea şi am învăţat o lecţie importantă”.

Sincer vorbind, regula ei este bună. În general, îi sfătuiesc pe oameni să evite să aibă de-a face prea des sau prea personal cu hipersensibilii – este o situaţie în care nu ai cum să câştigi. Este imposibil să trăieşti mult timp lângă o persoană exagerat de sensibilă fără să devii complet paranoic, făcându-ţi griji şi întrebându-te în permanenţă dacă nu cumva celălalt se va simţi rănit sau furios, sau cine ştie în ce fel (şi, bineînţeles, nu va spune deschis despre ce este vorba în momentul în care se întâmplă – hipersensibilii au nevoie să sufere o perioadă de timp) şi când va exploda, acuzându-te de tot felul de lucruri pe care nici măcar nu ţi le mai aminteşti sau de care nu ai avut habar.

Când mărunţişurile sunt importante

După ce am clarificat acest aspect, trebuie să spunem că există totuşi foarte multe situaţii în care oamenii subapreciază chestiunile sau împrejurările care merită atenţie, considerându-le bagatele. Amănuntele au şi ele semnificaţia lor. Iată ce spunea rabinul meu, parafrazând un citat celebru:

„Dumnezeu este în lucrurile mărunte”.

Una dintre ascultătoarele mele a făcut următoarea observaţie:

„Mă număr printre acei oameni care pot face faţă oricăror situaţii de criză, însă lucrurile mărunte de zi cu zi mă scot din sărite. Prin lucruri neînsemnate înţeleg să nu pui capacul tubului de pastă de dinţi, să nu îţi strângi lucrurile împrăştiate, să nu ştergi mesajele de pe robotul telefonic etc.

Cred că, dacă fiecare persoană din casă ar face

aceste mărunţişuri în loc să mi le lase mie, atunci aş putea să îmi păstrez forţele pentru momentele în care ei au într-adevăr nevoie de mine. De obicei, exista o singură persoană în fiecare familie care este împovărată cu astfel de nimicuri. Câte credeţi că poate face un singur om? Gândiţi-vă la acest aspect data viitoare când veţi fi tentat să nu faceţi un lucru pe care, de obicei, îl lăsaţi în grija altcuiva. Daţi o mână de ajutor”.

Cu toată sinceritatea, observaţia ei este justă. Când mă ocupam de consiliere şi vorbeam cu oameni care aveau nemulţumiri similare, de obicei îi întrebam: „Da, de obicei există în fiecare familie o persoană care se oferă să fie împovărată cu astfel de nimicuri. Dumneavoastră de ce vă oferiţi? De ce nu lăsaţi lucrurile aşa cum sunt, până când altcineva se va oferi în cele din urmă să le facă?”

Dacă laşi lucrurile mărunte să se adune fără să intervii, înseamnă că îl laşi pe cel mai responsabil şi mai silitor dintre voi doi să adune în urma ta, iar acest lucru creează probleme. Deşi este adevărat că persoana responsabilă poate alege fie să facă treaba în locul tău, fie să nu se complice, oare relaţia sau familia chiar are nevoie de doi oameni copilăroşi, dezordonaţi şi iresponsabili?

Dacă priveşti lucrurile astfel, este nedrept să consideri că un amănunt este prostesc atunci când pentru celălalt este foarte important. O ascultătoare a dat un exemplu care vine să sprijine cuvintele mele:

„Soţului meu nu îi place când las uşa deschisă la şifonier, deoarece ar arăta foarte urât dacă am avea un musafir neprevăzut. Chiar dacă eu cred că nu e mare scofală, încerc să respect acest lucru şi nu i-aş spune niciodată soţului meu că eu consider aceasta o prostie. Până la urmă, fiecare facem caz de lucruri

mărunte, fie că recunoaştem sau nu. Ceea ce este important pentru o persoană, poate fi un lucru mărunt şi prostesc pentru alta. Oricum ar fi, nu ar trebui să ne exprimăm părerile negative, ci să respectăm punctul de vedere al celuilalt”.

Este foarte adevărat că o relaţie bazată pe iubire acordă importanţă „mărunţişurilor”. Amintiţi-vă acest lucru şi încercaţi să fiţi un pic mai flexibil pentru a-i face pe plac partenerului. Aşa cum spune zicala, „nu e chiar un capăt de ţară”.

Când mărunţişurile chiar sunt foarte importante

Primesc telefoane din partea unor femei şi bărbaţi care mă întrebă dacă sunt meschini – când este clar că nu sunt! întotdeauna este interesant şi trist să ţi se povestească despre o neînţelegere gravă sau o insultă, după care urmează: „Ştiu că fac din ţânţar armăsar. Cum să rezolv această problemă a mea?”

„Uneori îl surprind pe soţul meu uitându-se la alte femei şi am impresia ca numai eu nu îi sunt suficientă, că simte nevoia să se uite şi la altele!”, scria o ascultătoare. Ei bine, este unul dintre lucrurile fireşti ale vieţii să te simţi un pic iritată când îl vezi pe „iubi al tău aruncând prin\ în furişe unui corp frumos. Oricum, o privire rapidă este una. Ceea ce am aflat din scrisoarea următoare este cu totul altă mâncare de peşte:

„Am impresia că iritarea mea este o bagatelă pe lângă celelalte probleme ale vieţii. Însă pur şi simplu mă deranjează foarte tare ocheadele lui, iar când îi spun acest lucru, el îmi răspunde că trebuie să fie la curent cu «noutăţile din zonă» şi mă provoacă, spunându-mi că fata tespectică doar n-o să sară pe el când merge la cumpărături, nu? Am încercat să trec peste aceste lucruri, însă mă irită!

Sincer vorbind, nu este deloc vorba de o bagatelă, ci de suferinţa îndreptăţită a unei femei al cărei soţ îi aruncă în faţă faptul că el observă că există şi fete mai drăguţe decât ea. Aici este vorba de insensibilitate crasă, care frizează 1 cruzimea mentală. Ce sfat i-am dat eu pentru data următoare când se va întâmpla? I-am sugerat femeii două variante. Varianta (a): să spună suficient de tare pentru ca toţi cei din jur să o audă: „Ai dreptate, iubitule, chiar este o femeie superbă şi foarte sexy – nici nu mă mir că ţi s-au aprins călcâiele! Varianta (b): să se apropie de fata/femeia respectivă şi să îi propună să i-l prezinte pe soţul ei, vorbind şi de data aceasta suficient de tare pentru a fi auzită de cei din jur. Credeţi-mă pe cuvânt, soţul se va lecui. Însă tot rămânem cu un partener dispus să ne rănească.

Cei mai mulţi dintre cei care se află la începutul unei relaţii uită că „lucrurile mărunte” sunt tocmai elementele pe care ar trebui să le ia în calcul cineva pentru a evalua suferinţa sau fericirea potenţială pe termen lung. Pe mine încă mă surprinde că oamenii privesc începutul unei relaţii mai degrabă ca o concluzie, şi nu ca o cercetare. O ascultătoare mi se plângea că noul ei prieten, deşi e foarte drăguţ când sunt împreună, o minte în legătură cu faptul că îtimează, murzie întotdeauna la întâlnire (din cauza serviciului… poate) şi îşi petrece jumătate din timpul săptămânii în călătorii (tot din cauza serviciului… poate). Asculţătoarea mea are remuşcări pentru că acordă atâta importanţă detaliilor, mai ales după ce a trecut prin suferinţa unui divorţ.

Pe astfel de oameni îi întreb direct: „Dacă acum nu ai avea nicio relaţie, iar eu ţi-aş propune o întâlnire cu un om pe care nu îl cunoşti, dar despre care ştii faptul că nu recunoaşte că fumează, jumătate de

săptămână e plecat de acasă şi pe care nu te poţi baza că va ajunge la timp atunci când promite, ai vrea să te întâlneşti cu el?”

— Nu, bineînţeles că nu, îmi răspund ei cu înţelepciune.

„Păi atunci nu te întâlni”, le spun eu.

„Bine, dar… nu înseamnă că exagerez? Adică, în afară de toate acestea, vreau să spun că se poartă minunat cu copiii mei”.

„Tocmai aici este problema – el nu rezolvă decât jumătate de problemă. Restul problemei va rămâne nerezolvat? Aceasta este viaţa pe care ţi-o doreşti?”

Pentru mine, acest aspect este o sursă de nelinişte. Este un semn de îngrijorare atunci când oamenii nu pot sau nu vor să facă diferenţa între un comportament nesatisfăcător şi incertitudinea dacă ei exagerează sau nu atunci când suferă sau iau atitudine în legătură cu acest tip de comportament…

Uneori, mărunţişurile sunt pur şi simplu o josnicie.

„Sunt un bărbat de 36 de ani, sunt căsătorit de 12 ani şi am trei copii cu vârste între 2 şi 11 ani. Eu şi soţia mea muncim cu normă întreagă. Zilnic le trezesc pe fetiţe, le ajut să se îmbrace, le pregătesc micul dejun şi pacheţelele şi le conduc până la autobuz, în timp ce soţia mea îşi face duşul şi se pregăteşte pentru serviciu. Ea se plânge tot timpul, mai ales când lucrurile nu ies aşa cum vrea ea sau când întârzie la serviciu. Întotdeauna dă vina pe altcineva pentru întârzierile ei. Eu ajung acasă devreme de obicei, fac curat în casă, le fac de mâncare copiilor şi îmi petrec puţin timp cu ei, dar se pare că în casă nu este niciodată destul de curat.

Am prezentat de curând în emisiunea mea de radio un studiu făcut în Anglia, a cărui concluzie era

că cele mai multe divorţuri sunt cauzate de comportamentul nesatisfăcător al femeilor!

Feminismul lupta odinioară pentru credinţa că aspiraţiile profesionale şi rolurile sociale nu ar trebui să fie limitate de sex. Astăzi, feminismul le aplaudă pe cele care adoptă comportamente greşite, tipic masculine: agresivitate, egoism, neglijarea căsniciei, pornografie şi promiscuitate. Din ce în ce mai multe femei decid că sunt îndreptăţite să fie fericite, indiferent ce preţ au de plătit copiii, familiile sau societatea. Barajul permanent de plângeri minore construit de soţia ascultătorului meu este simptomul unei probleme mai grave: egoismul şi insensibilitatea sunt în creştere în cultura noastră în general şi, ceea ce este şi mai înspăimântător, în rândul femeilor în particular. Atunci când sexul frumos, tandru, şi sensibil, cel care dă viaţă, devine sexul aspru şi grosolan, câmpul speranţei devine un teren sterp.

„Soţul meu este un om minunat din toate punctele de vederescrie o ascultătoare. Dacă ar fi fost adevărat, paragraful s-ar fi terminat aici, însă lucrurile stau altfel. „Dar uneori mă jigneşte, este sarcastic, irascibil şi tăios. Suntem căsătoriţi de 18 ani şi m-am simţit întotdeauna rănită, tocmai de aceea mi-a venit greu să îl iubesc, iar el nu s-a simţit iubit. Am apelat la ajutor de specialitate şi terapeutul nostru a făcut o remarcă indirectă, care mi s-a întipărit în minte. Toate trăsăturile soţului meu care mă scoteau din minţi el le-a numit „felul lui de-a fi”. Am înţeles atunci că acele trăsături nu aveau legătură cu mine, ci numai cu „felul lui de-a fi. Într-un fel, această perspectivă mi-a permis să nu mai pun la inimă cuvintele lui”.

Daţi-mi voie să mă lămuresc: dacă cineva are un comportament supărător, şi îl are tot timpul şi cu toată lumea, nu numai cu partenerul, atunci cel care

trăieşte lângă el nu trebuie să se supere pentru că nu are legătură directă cu el? Iar aceasta înseamnă că celălalt nu trebuie să se schimbe, şi partenerul-victimă este obligat să accepte? Această atitudine dă rezultate?

Bineînţeles că nu, din moment ce medicul ascultătoarei mele i-a prescris Prozac1 pentru a trata o formă de ipohondrie şi o serie de depresii care continuau să se înrăutăţească. Probabil că nu trebuia decât să înţelegem că acesta era „Felul lui de-a fi" şi să ne învingem tendinţa de a exagera în legătură cu mărunţişurile personalităţii lui groaznice.

„El crede că inima mea este o carte deschisă. „Astfel îşi începe scrisoarea o altă ascultătoare

„Meschină". Se pare că noul ei crai (ea are 53, el are 56 de am) este foarte expeditiv când vorbeşte cu ea la telefon, are toane din senin, îşi petrece majoritatea duminicilor proslăvind fotbalul în loc să meargă la biserică şi locuieşte împreună cu fosta soţie ca să facă economie.

„Ştiu că sună ciudat... scrie ea, însă totuşi îşi face probleme pentru că este meschină. Să fim serioşi!

Pentru a trage o concluzie asupra celor discutate până acum: pe de o parte, hipersensibilitatea este distructivă şi deranjantă, iar pe de altă parte, oamenii te vor considera meschin atunci când nu eşti, numai ca să evite asumarea responsabilităţii pentru propriile greşeli. Nu ar trebui să ascunderi grijile dumneavoastră îndreptăţite, gândindu-va că exageraţi. Bun!!! Acum să mergem mai departe şi să discutăm despre tipuri, cauze şi moduri de abordare ale comportamentelor exagerate.

Nici măcar nu îţi dai seama cum eşti!

Îmi amintesc că unul dintre profesorii mei de psihoterapie ne-a spus o poveste din care am înţeles

cum obişnuinţa, experienţa şi familiaritatea ne fac să devenim meschini fără ca măcar să ne dăm seama.

Ne-a povestit cum, la începutul căsniciei lui, a fost doborât de o gripă severă. Zăcea în pat, suferind „îngrozitor şi întrebându-se când îi va aduce soţia lui un pahar uiiaş cu suc de portocale, exact cum făcea mămica lui când era bolnav.

Sucul de portocale nu a ajuns niciodată la el. Începuse să fie furios pe soţia lui din cauza insensibilităţii ei. Încercând să pună paie pe foc, el îi aruncă: „Mmm, ai putea să-mi aduci un pahar cu suc de portocale, te rog?” Ea i-a îndeplinit, veselă, rugămintea.

El s-a uitat cu dispreţ la sucul de portocale pe care ea i-l adusese într-un pahar mic. „Cum? a răcnit eh Nu ne permitem un pahar ca lumea de suc de portocale?

Soţia lui a rămas mută de uimire. Ea îndeplinise exact ce a crezut că îi ceruse el, însă rezultatul a fost că el s-a înfuriat brusc şi a început să o critice.

S-ar putea spune despre el că fusese meschin şi exagerat, când, de fapt, nu făcea decât să joace un scenariu vechi: băieţel bolnav, mami aduce mult suc de portocale, egal iubire.

El s-a simţit neiubit când nu şi-a primit sucul de portocale, iar apoi sentimentul s-a accentuat când sucul a venit într-un recipient mic. Un scenariu vechi. O viaţă nouă. Nu se potrivesc, şi aici intervine comunicarea.

Vechile năravuri mor greu, mult mai greu atunci când sunt legate de emoţii, însă mult mai uşor atunci când oamenii au forţă morală.

O ascultătoare a avut o asemenea forţă morală:

— Înainte de a ne căsători, mă descurcasem singură, crescându-mi singură cei doi băieţi timp de

12 ani. Credeam că ştiu să fac cam tot ce e de făcut mai bine decât aproape ori-cine (a se citi: soţ). De când mă ştiu, am pus tacâmurile în uscător cu vârful în sus, pentru că, astfel, partea care atinge mâncarea e departe de orice apă stătută, ceea ce mi se pare mult mai logic decât modalitatea inversă (a se citi: modalitatea «greşită» sau modalitatea «soţului»). Ne-am certat pe acest subiect şi, în cele din urmă, el a ajuns să-mi dea dreptate.

De curând ne-am mutat într-o casă cu o maşină de spălat vase – prima pe care o aveam. Zilele trecute m-am aplecat ca să scot vasele curate din maşină şi m-am tăiat într-un cuţit care era pus

— Normal – cu vârful în sus. M-am gândit să ascund ceea ce se întâmplase şi să mă agăţ de victoria mea, victorie meschină, dar pentru care luptasem mult. Însă am ales să mă duc la soţul meu şi să-i spun:

«Mai ţii minte cearta pe care am avut-o la începutul căsniciet noastre, dacă în uscător cuţitele trebuie să stea cu vârful în susjau în jos? Ei bine, aveai dreptate şi nu mă voi mai, îndoi niciodată. Te rog să mă ierţi.» El mi-a pansat mina zâmbind, fără să spună nimic altceva, cu cea mai mare tandreţe. Şi îl iubesc cu atât mai mult cu cât nu mi-a aruncat în faţă greşeala mea”.

Putem învăţa lecţii importante din confruntarea cu experienţele vieţii de copil sau adult. Uneori, aceste lecţii au ca rezultat comportamente care, pornind de la un stimul, se generalizează la aproape toate situaţiile, relevante sau nu. În astfel de cazuri avem probleme. De exemplu, să ripostezi atunci când eşti atacat este o reacţie rezonabilă, dar să ripostezi la orice şi să nu poţi face diferenţa între un sărut şi o palmă nu este deloc rezonabil.

Sensibilitatea mea faţă de lucrurile mărunte mă

face să nu am sentimente de iubire pentru soţul meu, ceea ce nu, este deloc bine. Când eram adolescentă ţipând pe la 20 de ani, izbucneam în plâns din cauza unei simplepriviri. Acum îmi dau seama că majoritatea oamenilor sunt preocupaţi de problemele lor personale, iar aluziile şi lucrurile mărunte nu au nimic de-a face cu mine. Am crescut cu o mamă foarte morocănoasă ţi exigentă şi cu un tată, careignora, sau încerca să ignore, atmosfera întunecată a căminului său.

În schimb, am devenit foarte sensibilă la orice fel de aluzii, verbale sau nonverbale, reale sau închipuite. Într-o anumită perioadă a vieţii mele, dădeam vina pe mama mea pentru toate problemele mele. Acum înţeleg că mama avea cele mai bune intenţii ţi se străduia, în felul ei, iar eu trebuie să îmi asum responsabilitatea schimbăm modului în care percep viaţa de zi cu zi. Am ales să fiu fericită.

Ascultătoarea care a trimis această scrisoare a înţeles că relaţiile pe care le avea cu alţi oameni nu era obligatoriu să fie la fel ca relaţia pe care a avut-o cu mama ei, o relaţie care semăna cu mersul pe un teren minat. Ascultătoarea mea a făcut o descoperire remarcabilă, curajoasă, care n va influenţa viaţa pozitiv.

Modelele parentale sunt greu de depăşit. Însă este necesar să ne desprindem de aceste tipare, în cazul în care sunt distructive, sau să le adaptăm făcând compromisuri, atunci când formăm o nouă familie cu o persoană care, bineînţeles, are propriul model parental. O ascultătoare a crescut într-o familie de militari, unde acurateţea şi aparenţe e erau esenţiale, iar critica era la ordinea zileb v.

În familia mea, am făcut tot posibilul să fiu perfecta ţi s-a evit criticile. Apoi l-am întâlnit pe tipul

acesta., care mă tachina mereu şi care nu se enerva când mă plângeam de faptul că mă critică, ba chiar accepta cu dragă inima o ceartă constructivă – o persoană cu care mă puteam certa fără să mă reducă la tăcere sau să îmi blocheze reacţiile. Nu-mi venea să cred! El a reuşit să mă coboare de pe piedestalul meu de «domnişoara cea mândră şi perfectă». Mi-a demonstrat că existau şi alte moduri de a vedea luci unele în afară de «felul meu». Mi-a dăruit fericire mult mai devreme deck i-am oferit-o eu lui. Acum el este soţul meu şi suntem căsătoriţi de 16 ani”.

De ce lecţii minunate putem să avem parte atunci când suntem dispuşi să învăţăm!

Presupuneri

Vreau să fie clar pentru toată lumea: eu nu strâmb din nas când vine vorba de sensibilitate. Fără sensibilitate am deveni cu toţii preocupaţi doar de noi înşine. Sensibilitatea este aceea care ne face să vibrăm în prezenţa altora. Numai că, atunci când nivelul sensibilităţii este dat la maxim devenim uneori preocupaţi doar de propriile persoane. Cel mai sigur mod de a echilibra sensibilitatea necesară este comunicarea. Încă mai sunt teribil de uimită văzând cât de des sunt dispuşi unii oameni să reacţioneze, să con-amneji să distrugă, şi cât de mulţi dintre aceşti oameni rămân împietriţi de uluire când li se sugerează să verifice dacă reacţiile lor sunt îndreptăţite. „Nu trage până nu-le vezi albul ochilor” s-ar putea parafraza cu „Nu trage până nu auzi şi varianta lor”.

Iată un exemplu de astfel de sensibilitate. Tatăl ascultătoarei care mi-a scris era bolnav de cancer. Ea îi trimitea vederi şi îl suna la telefon.

„Nu am reuşit să merg să îl văd şi mi s-a spus că nu am de ce să îmi fac griji. Trecuseră două luni şi nu mai aveam

„Celebru citat aparţinând lui John Paul Jones, considerat părintele Marine, americane, care îşi îndemna soldaţii să nu tragă înainte ca ina-micul să fie suficient de aproape.

niciun fel de veşti de la el. Am încercat din nou să îl sun, însă nu răspundea. Apoi nu l-am mai sunat şi nui-am mai trimis felicitări de încurajare, pentru că m-am gândit că nu avea niciun rost.

Mă simţeam jignită că nu mi-a răspuns la telefoane. Mi-am închipuit şi faptul că soţia tatălui meu nu voia ca el să mai aibă veşti de la mine. Toate aceste idei şi gânduri îmi treceau prin minte. Între timp, tatăl meu făcea chimioterapie, suferea intervenţii chirurgicale etc. iar soţia lui era mereu lângă el. Problema este că ar fi trebuit să continui să îi scriu vederi şi scrisori, indiferent de ceea ce simţeam. Nu eu eram cea care suferea fizic, şi nici cea care îl îngrijea. Părinţii mei au suferit atât de mult! Ar fi trebuit să fac mai mult şi să încerc să mă apropii de ei, în loc să caut pe cineva care să mă consoleze pe mine.

Evrica! Unul dintre cele mai importante aspecte ale statutului de adult este să îţi dai seama că lumea nu se m-vârte în jurul tău, sau în jurul meu, sau în jurul oricui altcuiva. Trăim cu toţii pe un glob care se învârte. Fiecare „altă persoană" are o viaţă proprie. Comunicarea este singurul mod pe care îl avem pentru a depăşi prăpastia care există în mod firesc între doi oameni. Dacă nu comunicăm, nu putem avea decât presupuneri, bănuieli. Şi ştiţi în ce ne transformă, de obicei, prezumţiile? În nişte ticăloşi.

Când dezbăteam problema comunicare versus bănuială, o ascultătoare mi-a spus:

„Este uimitor faptul că tema emisiunii de astăzi este aceasta. Eu şi logodnicul meu ne-am certat ieri

din cauza unor lucruri mărunte – pentru mine părea foarte importantă discuţia respectivă, nu însă şi pentru el. Eu mă simţeam foarte rănită pentru că el îşi petrecuse ziua în careeram şi eu liberă cu prietenul lui. El este fermier, aşa că l-aş fi putut însoţi, făcând o plimbare cu calul, însă neînţelegerea a provenit din faptul că el nu ştia că vreau să îmi petrec ziua liberă cu el, aşa că a presupus că vreau să fac alte lucruri”.

Ceea ce este cel mai trist este faptul că ascultătoarea mea îşi continuă scrisoarea plângându-se că logodnicul nu realizează care este problema, „neînţelegerea” apărută, cum o numeşte ea. Aici, însă, nu este vorba de o neînţelegere, ci pur şi simplu faptul că nu a existat niciun fel de comunicare directă. Ea voia ca el „să ştie”, numai că el o considera o femeie matură, nu o actriţă într-un film romantic. Cearta lor nu a pornit de la o bagatelă, pentru că este o problemă serioasă faptul că o persoană are pretenţia ca celălalt să ghicească ce gândeşte şi se supără când partenerul nu reuşeşte.

Comunicarea este cea mai importantă soluţie a aproape tuturor problemelor interpersonale. Percepţia, adică felul unic al unei persoane de a vedea şi interpreta un eveniment, poate face sau desface o relaţie.

Un ascultător povestea despre certurile stupide pe care le avea cu soţia lui. Cu o seară în urmă, ea îl rugase să îşi ducă farfuria în bucătărie după ce luaseră cina în sufragerie. Nu era mare lucru, recunoscuse el, dar el a avut impresia că ea este morocănoasă şi prost dispusă, iar el şi-ar fi dorrt să fie drăgăstoasă, pentru că el era pus pe „fapte mari inacea seară. Ascultătorul meu a avut impresia că soţia lui îi vorbea ca unui copil şi i-a răspuns că nu era nevoie să i se spună să îşi ducă farfuria în bucătărie,

ştia şi singur ce avea de făcut. Deşi remarca lui nu a provocat propriu-zis o ceartă, a creat totuşi o distantă emoţională între ei.

După ce s-a mai gândit la cele întâmplate, el şi-a dat seama că percepţia lui – faptul că i se păruse că soţia îl trata ia pe un copil – era o extensie a sentimentului de vină pe care îl avea pentru că, puţin mai devreme în acea seară, nu strânsese masa, aşa cum făcea de obicei. Remarca ei inocentă reflectase propria lui vină.

A, Ş? dar, de ce nxt strânsese masa? Se imaginase în scenariul „băieţelul-şi-mamica, şi i-a venit foarte greu apoi să intre în scenariul amoros soţul-şi-soţia.

Aceste lupte interne sunt normele, fireşti şi deloc rare.

Dacă eşti sincer cu tine însuţt, aşa cum fost ascultătorul meu, le poţi birui. Dacă eşti sincer cu celălalt, veţi depăşi, problemele împreună. Nu toate comunicările sunt realizate corect, şi sub presupusul stindard al comunicării, nu tot ce îţi vine în minte ar trebui să îţi iasă pe buze. Cel mai bun sfat pe care pot să îl dau prietenilor mei acum, după 5 ani de căsnicie şi după ce m-am confruntat cu multe bagatele şi prostii este – gânditiva de două ori pentru ce va certaţi… spunea un ascultător. pentru ca viaţa e prea scurta, nu o irosiţi să vă certaţi cu persoana iubită cel mai mult pe lume. Dacă e o problemă majora sau minora important e să nu vă certaţi ci să comunicati mai mult.

Aceasta scrisoare ne face să ne punem o întrebare importanta-care sunt limitele comunicării? Limita este atunci când o persoană exagerează, jigneşte ameninţa, ste sarcastica ironica şi… probabil ştiţi din experienţa personală de victima sau calau

pana unde se poate ajunge. Ceea ce e important e să transmitem informaţii, laude şi sprijin venite din iubire şi nu din meschimbărie şi egoism. Comunicarea deschisă, sinceră şi sensibilă este un antidot necesar împotriva muntelui de resentimente care creste din moviliţa de plângeri mărunte, iar uneori răul frustrărilor nu poate fi zagazuit permanent.

„Sotia mea avea nişte antene ultrasensibile 24 ore pe zi, şapte zile pe săptămână. Într-un fel a fost pozitiv pentru relaţta noastră, pentru ca eu am învăţat să fiumult mai atent la ce spuneam. De asemenea în aceste situaţi extsta tendinţa dea te confrunta cu orice problemă fără amnare, evintad astfel ca lucrurile să putrezească… însă trebuie să vă spun că exista un revers al medaliei, foarte important, care în mod cert ne afectează relaţia şi care are legătură cu ceea ce se cheamă «percepţie» Atunci când cineva este extrem de sensibil la orice se întâmplă înjur, ori percepe lucrurile ca fiind mult mai grave deck sunt în realitate, ori percepe eronat mesajul transmis. Acest amestec dintre copiii noştri minunaţi şi monitorizarea permanentă a soţiei, implicând «cine a spus ce» şi «ce a vrut să spună cu», este o situaţie foarte complicată şi extrem de obositoare. Îmi iubesc soţia enorm şi îi voi rămâne credincios întreaga viaţă, însă hipersensibilitatea ei este o problemă pentru mine”.

În astfel de momente este oportun să apelăm la ajutorul unui specialist. Atunci când personalitatea şi comportamentul nostru devin distructive şi repetitive, este cazul să ne asumăm responsabilitatea; nu numai pentru că îi înnebunim pe cei din jurul nostru, dar cine oare îşi doreşte să trăiască în fiecare zi cu o picătură de paranoia? De fapt, suntem obligaţi să aducem în căsnicie cele mai bune părţi ale noastre – iar pentru aceasta ar putea fi nevoie să ţinem un regim, să

mergem la biserică, să facem mai multe duşuri sau să apelăm la ajutorul unui psiholog.

Care este problema mea?

De-a lungul anilor, mai mulţi ascultători ai emisiunii şi corespondenţi mi-au spus povestea lor şi mi-au împărtăşit concluziile la care ajunseseră. Totdeauna sunt impresionată de curajul oamenilor de a îşi înfrunta propriii demoni – de cele mai multe ori este mai greu să te confrunţi cu demonii din interior decât cu cei din exterior.

Există numeroase surse ale hipersensibilităţii şi meschinăriei, unele vin din trecut, altele din criticile pe care le-am primit şi din sentimentele noastre rănite, iar altele din încercările noastre de supravieţuire.

Sentimente de neadaptare

Numeroşi oameni au fost „calul de bătaie al altora, unii mai mult, alţii mai puţin decât media. Toţi copiii ies în evidenţă prin diferite trăsături, începând cu cele de suprafaţă, cum ar fi culoarea părului şi pistruii, şi terminând cu cele majore, precum handicapurile şi moştenirile. Dacă nu sunt tratate cum se cuvine, ele lasă urme şi, spre deosebire de cicatricele de pe piele, care de-abia se mai simt, cicatricele emoţionale îl fac pe individ să fie ultrasensibil şi atent la aluzii şi detalii care nu au neapărat legătură cu subiectul.

Iată câteva exemple concludente:

ce – „Dintotdeauna am fost cam micuţ de statură. În timpul liceului, din cauza înălţimii, nu eram prea solicitat pentru evenimentele sportive ţi întotdeauna eram selecţionat ultimul. Ca adult, cred că am purtat cu mine o parte din acel resentiment în viaţa mea personală şi profesională. Acasă, dacă soţia mea „Sugerează» că am greşit cu ceva sau că nu m-am

ridicat la înălţimea standardelor ei, am impresia că mă desconsideră. îi înapoiez imediat suferinţa primită şi sfârşim prin a ne certa. Problema este că soţia mea nu are niciun fel de intenţii rele – eu sunt cel care «simt» că se ia de mine”.

„Am 20 de ani şi sunt căsătorită de opt luni. Mi-am „dat seama că sunt, într-adevăr, ultrasensibilă şi acot ci o importanţă exagerată detaliilor. Cam 99% dintre certurile cu soţul meu s-au iscat pentru că eu am luat prea în serios ceea ce mi-a spus el şi m-am simţit jignită. Sunt conştientă că atitudinea mea ar putea crea probleme serioase în mariajul nostru în momentul în care el va renunţa să mai încerce să vorbească cu mine. De ce sunt aşa f când aveam9 ani, m-ammutat din Denver la o şcoală mică, particulară, din Bothell, Washington. Întreaga mea generaţie din oraşul respectiv era formată din 60 de elevi. La un număr atât de redus, nu existau decât două tipuri de copii: cei populari şi „măscăricii”. Eu nu făceam parte din niciuna dintre categorii. Timp de cinci ani am fost ridiculizată permanent. Am ajuns să cred că orice mi-ar fi spus oricine era spus cu intenţia de a mă face să sufăr. Urăsc felul meu de a fi, însă nu ştiu exact cum aş putea să controlez situaţia. Este un reflex automat pe care l-am dezvoltat în cea mai vulnerabila perioadă a vieţii mele”.

&” Fiind crescută la casa de copii, eram supărată pe întreaga lume. Voiam să demonstrez că nu toţi cei crescuţi la orfelinat erau nişte gunoaie. Aveam o atitudine defensivă. Mi-am pierdut prietenii şi soţul din cauza comportamentului meu inacceptabil. Nu îi dădeam voie soţului meu să o certe sau să aibă grijă de fiica noastră, pentru că ea avea să fie cea mai minunată şi cea mai bună fetiţă din lume, şi asta pentru că eu veneam dintr-un orfelinat. Mă

consideram jignită în orice, deoarece luam totul ca pe o afirmaţie că eu valoram mai puţin pentru că veneam de la orfelinat”.

„Am fost crescut într-un climat care stimula competiţia şi deseori eram tachinat pentru că nu mă exprimamcu aceeaşi uşurinţă ca surorile mele. În consecinţă, nu am înţeles că tachinarea poate fi un semn de afecţiune, eu percepând-o doar ca pe o formă de a se râde de mine, ca pe o respingere. În permanenţă trebuie să fac adevărate eforturi pentru a lupta cu sentimentul devorator că «nimeni nu mă place»”.

**” ” Cwd am impresia că cineva face cea mai mică aluzie, am tendinţa de a mă răzbuna, aruncându-mi sentimentele de nesiguranţă pe oamenii apropiaţi. Am căpătat acest comportament din copilăria petrecută cu o mamă instabilă emoţional, care era alcoolică şi incapabilă să dezvolte capacităţi de comunicare. Am devenit mai conştient de tendinţa mea şi încerc să mă opresc înainte de a acţiona, însă am în continuare probleme. Atunci când nu mă ocup de nevoile mele spirituale (pentru a-mi depăşi limitele), îmi dau seama că sunt şi mai pesimist, şi mai netecunoscător. M-am schimbat mult faţă de cum eram. Încă mai am multe de făcut, dar comunicarea mea s-a îmbunătăţit substanţial, iar copilul meu este mai fericit”.

În această ultimă scrisoare găsim şi rezolvarea problemei. Soluţia salvatoare pentru comportamentele exagerate, în general – şi în special pentru comportamentele exagerate care provin din cicatrice lăsatede traumele emoţionale suferite în copilărie – este „să îţi depăşeşti limitele”! Problema centrală a hipersensibilităţii este ideea – complet greşită – că totul are legătură cu tine! Aşa cum le spun

ascultătorilor mei de radio: „Adesea, oamenii te ignoră sau nu se poartă prietenos cu tine pentru că au gaze în stomac care le provoacă dureri, nu pentru că tu ai fi în centrul gândurilor lor negativiste”. Această afirmaţie spune multe.

Tocmai de aceea le sugerez oamenilor să se intereseze de bunăstarea celorlalţi în loc să presupună „intenţii re e. De exemplu, când observaţi că o persoană nu este la fel de prietenoasă ca de obicei, înainte de a vă lăsa cuprins de valuri de furie şi ofense din cauză că v-a ignorat sau s-a purtat urât cu dumneavoastră, mergeţi la acea persoană şi întrebaţi-o: „Am observat că nu prea eşti în apele tale astăzi, s-a întâmplat ceva? Pot să te ajut în vreun fel?” Depăşiţi-vă limitele. Încercaţi.

Gelozia

Atunci când ne dăruim sufletul, spiritul, trupul şi viaţa unei alte persoane, devenim destul de vulnerabili. Este momentul propice pentru apariţia hipersensibilităţii în legătură cu ameninţarea sau pierderea acelei iubiri. Putem minimiza o astfel de ameninţare dacă suntem sănătoşi psihic şi alegem un partener care, la rândul său, este sănătos psihic, dacă vom comunica din plin şi dacă ne vom demonstra dragostea prin comportamentul pe care îl vom avea. Dar pentru că nu există perfecţiune şi nici oamenii nu sunt perfecţi, există motive suficiente de îngrijorare.

Una este să reacţionăm deplasat de fiecare dată când partenerul vorbeşte despre sau cu o altă persoană; cu totul altceva este să reacţionăm corespunzător atunci când exista ameninţări reale pentru intimitatea noastră (cum ar fi întâlnirile şi conversaţiile secrete), care necesită întreaga noastră atenţie. Şi cu totul altceva este să reacţionăm împotriva trecutului.

Am avut ascultători şi am primit telefoane de la oameni care mi-au spus că se simţeau ameninţaţi din cauză că partenerii lor aveau de gând să meargă sau chiar mergeau la înmormântarea unui fost partener. La înmormântare! Pentru mine, a fi gelos pe un mort înseamnă că te îndepărtezi prea mult de raţiune. „Dacă m-ar iubi, nu s-ar duce, pentru că pe mine mă deranjează”, spunea un ascultător.

Ei bine, ce ziceţi de următoarele: dacă l-ai iubi, ai fi alături de el să-i alini durerea şi l-ai ajuta să îi sprijine pe cei dragi, care suferă.

Cât de trist este să fii gelos pe un mort!

Totuşi, în cele mai frecvente cazuri, este vorba de oameni care sunt geloşi pe relaţiile din trecut ale partenerilor. Dacă partenerul nostru ţine permanent legătura cu relaţiile din trecut, cuvântul trecut nu îşi mai are locul, şi atunci chiar avem o problemă. În ultima vreme, în emisiunea mea de radio, am primit multe întrebări care se refereau la parteneri care păstrau fotografii şi scrisori vechi „într-o cutie încuiată dintr-un cufăr, în pod”. Probabil că există multe asemenea întrebări, din moment ce oamenii fac şi desfac numeroase relaţii, incomparabil mai multe decât în trecut. Şi, odată cu ţinerea evidenţei fostelor iubiri, partenerul este îngrijorat că şi el ar putea ajunge o fişă în cutiuţa cu amintiri – şi pe bună dreptate…

Iată ce scria o ascultătoare:

„Deşi relaţia noastră mergea destul de bine, într-o bună zi muream de curiozitate când am rămas singura acasă la el. Nu ştiu exact de ce am făcut acel lucru (am umblat într-o cutie plină cu felicitări şi scrisori rezultate din fostele lui relaţii), pentru că niciodată nu dorisem să aflu amănunte legate de fostele lui iubite. El întotdeauna mă făcuse să mă simt

iubită şi să cred că eram deosebită pentru el. Apoi am început să fiu nesigură de relaţia noastră, pentru că mi-am dat seama ce mult îl iubiseră acele femei din trecut. El mi-a spus că oricum intenţiona să le arunce, iar dacă voiam să aflu ceva, nu trebuia decât să îl întreb. Nu i-aş cere niciodată să renunţe la trecut. Aş vrea să ia cu el toate lecţiile pe care le-a învăţat până atunci în viaţa lui. Aş vrea ca el să îmi împărtăşească acele lecţii.

Să determini o persoană pe care se presupune că o iubeşti să şteargă orice urmă a trecutului său este un comportament meschin, supărător, distructiv şi care îl va îndepărta de tine, în niciun caz nu va amplifica importanţa ta în viaţa lui. Tu singur vei putea realiza acest lucru.

Pe de altă parte, îmi amintesc de un spectator al emisiunii mele de televiziune care credea că este foarte bine să păstrezi fotografiile foştilor/fostelor; atât de bine, într-adevăr, încât avea tot timpul asupra lui o fotografie foarte sexy a unei foste prietene, chiar dacă el avea acum o altă prietenă. Iată ceva pentru care merită să reacţionezi exagerat.

Manipularea în „orele de terapie” am învăţat despre „beneficii secundare”, care sunt „avantajele” în a avea o problemă. Aşa cum glumeşte familia mea, există câteva zile pe lună când mă vait, sunt morocănoasă şi mănânc prăjituri cu ciocolată fără nicio grijă; trăiască durerile menstruale!

Acesta este un exemplu de beneficiu secundar; este „partea bună a anecdotei „o veste bună şi una rea”.

Se întâmplă adesea ca oamenii să nu dorească să renunţe definitiv la problemele lor tocmai din cauza acestor beneficii secundare: simpatia celorlalţi, sentimentul de putere şi eliberarea de

responsabilitate. La fel stau lucrurile şi în cazul hipersensibilităţii în privinţa lucrurilor mărunte, un tip de comportament extrem de deranjant.

Iată ce recunoştea o ascultătoare:

—» Obişnmam să afişez o hipersensibilitate care mă ajuta să controlez şi să manipulez bărbaţii cu care mă întâlneam. De foarte multe ori mă bosumflam, mă îmbufnam, ieşeam în grabă din cameră sau făceam pe ofensată la cea mai mică aluzie, cu scopul de a obţine simpatia «bărbatului zi-ei». Pe termen scurt, strategia mea dădea rezultate, însă, în cele din urmă, prietenul meu obosea şi dispărea rapid din viaţa mea. De-abia după ce am trecut printr-o despărţire dureroasă am început să îmi analizez comportamentul şi motivaţiile cu mai multă sinceritate”.

În emisiunea mea de radio, descriu în general acest tip de comportament ca fiind melodramatic, iar caracteristicile sunt preocuparea principală a individului de a fi în centrul atenţiei şi încercarea de a controla partenerul prin afişarea suferinţelor şi a sentimentelor sale rănite. O

altă ascultătoare mi-a povestit despre felul ei de a se îmbufna şi a ignora pe celălalt până când obţinea reacţia dorită, adică aceea ca partenerul să… „insiste să afle ce se întâmp a se jP & ceard scuze, iar în cele din urmă să demonstreze că îi pare rău şi să mă implore să îl iert. Eram expertă! îmi satisfăceam nevoia de a avea «controlul» şi de a mă simţi «dorită». Voiam ca totul să se învârtă în jurul meu, aşa cum. vor majoritatea oamenilor hipersensibili şi meschini.

Iifăceam pe oameni să se simtă prost, să fie nervoşi şi sufocaţi, pentru că nu reuşeau să-şi dea seama ce mă va «declanşa». Am pierdut foarte mulţi prieteni şi iubiţicarea. u renunţat în cele din urmă să mai încerce să îmi satisfacă nevoile emoţionale. Într-

un final, am ajuns să înţeleg că eu sunt o simplă persoană, nu centrul gândurilor celoilaţi. Mi-a venit foarte greu să recunosc acest lucru”.

Deseori am afirmat că nu există iubire acolo unde există teamă. Şi aş putea să adaug: nu există iubire acolo unde există intimidare. Dacă îl faci pe celălalt să se simtă permanent răspunzător de emoţiile tale, să se târască în genunchi implorându-te să-l ierţi pentru cea mai mică aluzie (pe care a făcut-o, evident, fără intenţie) şi să creadă despre el însuşi că este un nemernic pentru că te răneşte atât de uşor şi atât de des, atunci înseamnă că îl intimidezi.

Perfecţionismul

Perfecţionismul este una dintre trăsăturile cele mai dureroase ale personalităţii cuiva. Cea mai mare problemă este faptul că perfecţiunea nu se poate atinge, deci niciun ţel nu poate fi atins. În cazul multor oameni, această dez amăgire permanentă le hrăneşte frustrările continue şi îi face incapabili să se bucure de călătoria pe care o reprezintă viaţa. Procesul de a învăţa şi a experimenta este pentru ei dureros, nu fortifiant.

Partea urâtă a perfecţionismului este suferinţa pe care o provoacă perfecţionistul celorlalţi. O ascultătoare mi-a mărturisit:

„Soţul meu, bietul de el, are impresia că nu este în stare să facă nimic cum trebuie. Cred că de vină este chiţibuşăria mea. Întotdeauna caut nod în papură – mai ales mie însămi. Sunt îngrozitor de perfecţionistă. Am tendinţa de a avea speranţe şi aşteptări deosebit de mari de la mine şi de la relaţiile mele. Cred că uneori aşteptările mele sunt fanteziste şi că este nedrept să le impun şi altoi a.

Perfecţionist» resimt statutul de fiinţă umană ca fiind o mare insultă, inadaptare şi eşec. În general,

sunt foarte dispuşi să ia orice comentariu inocent ca pe o dovadă a celor mai negre-bănuieli. O ascultătoare care urma facultatea la zi, în timp ce soţul ei câştiga banii pentru întreţinerea amândurora, avea impresia că nu face îndeajuns. Da spus soţului ei că era mândră de ea însăşi pentru că mergea la facultate (când, de fapt, se simţea rău pentru asta) – o formă de eroism – iar soţul i-a răspuns ceva de genul: „Sigur, este foarte bine să mergi la facultate, mai ales că nu ai serviciu şi te poţi ocupa cum trebuie de facultate. „Ea a înţeles din spusele lui că trebuie să fie cea mai bună din tot anul, din moment ce nu avea nimic altceva de făcut. Soţul ei a fost uluit de mânia şi durerea ei, pentru că el crezuse că nu făcuse decât să îi întărească afirmaţia ei.

Au început să se certe. Ea se plângea de presiunea pe care o simte în legătură cu rezultatele ei şcolare. El se plângea de presiunea pe care o simte în legătură cu întreţinerea familiei. Dar… ea a înţeles!

— Deşi eram foarte tentată să mă comport imatur şi să îi spun că oamenilor nu le place să li se amintească sacrificiile pe care le fac alţii pentru ei, mi-a venit brusc ideea că tot ceea ce îşi dorea el, tot ceea ce avea nevoie, era un simplu ««Mulţumesc»! Dacă aş fi privit de la bun început situaţia în ansamblu, nu s-ar fi întâmplat nimic din toate acestea. Mi-am exprimat recunoştinţa faţă de soţul meu şi ştiu că trebuie să ţin minte această lecţie dacă vreau ca mariajul meu să meargă bine”.

Imaginaţi-vă următoarea situaţie: vă uitaţi prin binoclu la o entitate mică şi îndepărtată. Este ca şi cum aţi vedea doar durerea, percepţia şi sentimentele dumneavoastră. Acum, reglaţi focalizarea şi priviţi şi la restul peisajului. În acest moment vedeţi situaţia în ansamblu. Relaţia dumneavoastră va merge mult mai

bine dacă vă veţi rezerva timpul necesar pentru a lua în considerare întreaga situaţie, înainte de a trage concluzii pripite.

Autoapărarea

O ascultătoare mi-a mărturisit cum, exagerând în privinţa lucrurilor mărunte, încerca de fapt să se protejeze de suferinţele posibile. Am spus acest lucru şi în emisiunea mea de radio: dacă pui ferestre de oţel pentru a împiedica praful să intre, ţii departe şi lumina soarelui, cântecul păsărelelor, vocile copiilor care se joacă şi parfumul florilor. Este exagerat şi distructiv. Este ca şi cum mai întâi condamni şi abia apoi pui întrebări. Şi totuşi, foarte mulţi oameni care au suferit în trecut se folosesc de exagerări ca de o fereastră de oţel.

„Provocam adeseori certuri cu partenerul meu actual doar pentru că nu eram obişnuită cu un bărbat care să nu mă bată sau să nu se ia la ceartă cu mine. L-am pierdut o dată, însă acum suntem din nou împreună. Mi-am dat seama că nu aveam nevoie să fiu bătută sau să mă cert cu partenerul pentru a fi fericită. Viaţa mea este mult mai frumoasă acum”.

Deşi această scrisoare prezintă o situaţie extremă, în realitate este foarte reprezentativă pentru un tip de comportament asemănător şi des întâlnit: a nu accepta sau a nu arăta prea multă afecţiune, a-l menţine pe partener într-un dezechilibru permanent, a nu-l lăsa să vadă câtă nevoie ai de el sau a provoca certuri pentru a evita să devii intim şi vulnerabil. Descopăr că foarte mulţi oameni păstrează relaţiile cu parteneri infideli, violenţi, care consumă alcool sau droguri sau care sunt imaturi şi lamentabili, însă decid să rupă relaţia când lucrurile „încep să se îmbunătăţească

Aceştia sunt oamenii care nu suportă riscurile

iubirii. Răzbunarea

Exagerarea în privinţa mărunţişurilor este modalitatea preferată a multor oameni care vor să-şi descarce furia, fie că a fost provocată de partener ori de altceva sau altcineva.

„Mi-am dat seama că exagerez în privinţa lucrurilor mărunte din cauza altor probleme de cuplu «mult mai importante». De exemplu, dacă soţul meu îşi petrece prea mult timp jucându-se pe

Internet şi neglijează sarcinile gospodăreşti care îi revin, devin hipersensibilă şi reacţionez exagerat la orice, instantaneu. După ce ne certăm şi după ce înţelegem amândoi care este sursa reacţiei mele exagerate, suntem capabili să rezolvăm problema şi să mergem mai departe”.

Bineînţeles, ar fi mai bine să comunicaţi direct despre problema importantă şi să evitaţi toată sâcâiala.

Răzbunarea nu înseamnă doar descărcare, ci şi un fel de aplicare a principiului „dinte pentru dinte”. O ascultătoare scria:

„Devin foarte uşor sensibilă la orice atunci înd caut scandal în relaţia pe care o am. De exemplu, pot avea impresia că prietenul meu a petrecut prea mult timp fără mine, iar asta mă face nefericită ţi devin încă şi mai nesigură. Atunci când este lângă mine, caut cu încăpăţânare un motiv pentru a mă plânge, ceea ce duce la o ceartă fără rost şi nu atinge problema iniţială. Însă mă face să simt că am din nou controlul asupra situaţiei. Îmi dau seama că, nefiind sinceră cu mine însămi şi neavând încredere în dragostea lui, nu fac decât să mă autoprotejez de suferinţă”.

Nu este necesar ca dorinţa de răzbunare să fie declanşată de relaţia curentă. Din nefericire, se

întâmplă destul de des ca oamenii să-şi descarce pe partener furia acumulată în alte locuri, mai puţin sigure, cum ar fi propria familie, prietenii, vecinii, colegii de serviciu sau şefii. O ascultătoare a avut o astfel de experienţă şi a reuşit să înţeleagă cum funcţionează acest mecanism distructiv:

„Concluzia la care am ajuns (după ce m-am certat zdravăn cu Iubiţel) este că mi-am vărsat pe el suferinţele şi jignirile pe care le-am suportat ani în şir din partea membrilor familiei mele şi, astfel, am creat pretenţii fanteziste. M-am hotărât să fac câteva lucruri… în primul rând, să mă port cu iubitul meu aşa cum m-aş purta cu un prieten bun, arătându-i acelaşi respect. În al doilea rând, vreau să am grijă de mine într-un mod mai constructiv, fiind mult mai înţelegătoare, şi să încep să uit suferinţele trecutului".

Acesta este un moment de tipul „o veste bună, o veste rea. Vestea bună este că alesul inimii tale este un om care te iubeşte la modul ideal, cu tot cu defectele tale, prin urmare ai privilegiul de a fi sincera, vulnerabila şi dureros de reala. Vestea proastă este că uneori abuzăm de acest privilegiu pen" u a ne apăra imaginea exterioară şi nu ne confrunam cu oamenii sau cu situaţiile care au fost cauza comportamentului nostru.

Vindecarea de meschinărie

Multe dintre scrisorile citate în acest capitol au evidenţia, mijloacele prin care unii " " 1 ÎŢI Iacă unt ezumat „Kr Io", şi alte câteva idei ale mele:

ta. Mărunţişurile dovedesc o preocupare desme care iiâoat LTO" on-er" ci că acţiunile sunt remediu edificator, antrenant şi transcendent. Ajută la perceperea imaginii de ansamblu.

Dacă un lucru este 1*

ZfmXcl în loc să le caute altora nod în papură şi

să –, exaspereze spunându-le cum trebuie făcutun anumit lucru, mai bine îl fac singuri, mari-vă-răspunderea pentru acele lucruri în privinţa cărora nu sunteţi deloc flexibil. Dacă vă veţi simţi împovărat peste măsură, poate vă veţi da seama că a face singuri un anumit lucru, doar pentru că trebuie făcut aşa cum vreţi dumneavoastră, nu este nici unica, nici cea mai bună soluţie. Gândiţi-vă că nu este o alegere pe care trebuie să o faceţi între „felul dumneavoastră" şi „felul greşit" de a proceda; este vorba doar de modul „dumneavoastră propriu" şi modul „propriu al altcuiva", care înseamnă doar un alt mod; scăpaţi de ideea de „greşit".

Munca în echipă este una dintre binecuvântările unei relaţii în doi. Este mult, mult mai bine să cauţi soluţii pentru a rezolva problemele şi să te lupţi cu dificultăţile în doi, ca o echipă, decât singur. Munca în echipă întăreşte relaţiile; dependenţa reciprocă îi va apropia pe parteneri unul de celălalt. Oamenii uită prea des că dependenţa reciprocă crează o intimitate şi o afecţiune ce nu pot fi nimicite de firele de păr alb sau de intruşii nedoriţi.

Asumaţi-vă riscul de a nu fi perfect. Când lucram ca terapeut, de foarte multe ori îi trimiteam pe perfecţionişti la o cofetărie şi le spuneam să comande o prăjitură cu jeleu din care să rupă cu mâna şi să mănânce. De ce să facă acest lucru în public? Pentru că perfecţioniştii ţin foarte mult la aspectul lor. De ce să mănânce cu mâna goală o prăjitură cu jeleu? Ca să se poată distra de felul în care arată. Sincer vorbind, am fost uimită să descopăr cât de eficientă era o experienţă atât de simplă; îi ajuta pe oameni să se relaxeze.

„S Comunicaţi. Comunicarea este cel mai important element al unei relaţii. Comunicarea

împiedică bănuielile şi neînţelegerile. Până la urmă, este mult mai bine să ştii exact cum stai şi cum te privesc alţii (indiferent cât de dureros ar fi uneori adevărul), deoarece îţi dă posibilitatea să evoluezi şi îi face pe parteneri să fie conştienţi de nevoia ta de a fi iubit mai mult.

ts-Abţineţi-vă. Uneori este înţelept să îţi ţii gura» I; 0 babil că acesta este cel mai dificil remediu împotriva meschinăriei – pentru mine una, cu siguranţă este. Atunci când nivelul de stres este ridicat şi când ai atât de multe lucruri de făcut, este destul de greu să nu te descarci pe orice pare să-ţi îngreuneze şi mai mult situaţia. Învăţaţi să folosiţi acest moment pentru a cere ajutor, nu pentru a vă lăsa frustrările să explodeze.

naân esenţă, remediul pentru a vă vindeca de meschinărie este să vă străduiţi mai mult pentru a vă purta cu cel/cea pe care îl/o iubiţi ca şi cum l-aţi îmbizaţi iubi-o. Şi nu mai e nevoie de alte explicaţii.

1

Antidepresiv foarte des utilizat. (N. trad.)

Putere stupidă „Uneori nici măcar nu simt nevoia să am dreptate, însă NU VREAU să greşesc”.

Un ascultător şa cum am spus-o de nenumărate ori în emisiunea mea de radio, „Ador juxtapunerea!”, adică atunci când primesc de la doi oameni total diferiţi, care trăiesc în locuri total diferite, două faxuri care se completează reciproc atât de natural, de exemplu, unul face o observaţie filosofică, iar celălalt este ilustrarea ei perfectă. Pentru mine, juxtapunerea este dovada existentei unei internii cosmice. 1

Un caz de juxtapunere a avut loc acum două zile. Imediat după ce am terminat de organizat materialul pentru acest capitol, având la dispoziţie cam o oră înainte de cină m-am aşezat în faţa televizorului să

caut un film care să mă relaxeze şi ce văd la televizor? Filmul Bus Stop (Staţia de autobuz). Şi care este tema acestui film? Puterea stupidă Mai să fie!

Personajele principale se numesc Chérie (Marilyn Monroe) şi Bo (Don Murray). Bo este un tip foarte tânăr, bogat, răsfăţat, egoist, autoritar, pretenţios, insensibil, însă inocent şi foarte simpatic, care a ieşit din izolarea imensu-Kii domeniu unde fusese crescut pentru a-şi găsi o soţie. Chérie nu este la fel de tânără, este sexy, strălucitoare, în mod cert nu la fel de inocentă şi este dansatoare într-o cârciumă. Bo, care băuse câteva pahare cu băieţii, o vede pe

Cheric prin ceaţa beţiei şi este convins că ea este îngerul pe care îl caută...

Chérie este obişnuită ca bărbaţii să îi ceară „favoruri, însă tipul acesta vrea să o ia de soţie pe loc. Este bădăran, zgomotos şi o face să se simtă prost. Ea refuză. El insistă. Ea refuză din nou.

El o răpeşte şi, în ciuda protestelor şi ţipetelor ei, o urcă într-un autobuz cu gândul de a o duce acasă la el.

Din cauza unei furtuni de zăpadă, autobuzul este nevoit să se oprească pe timpul nopţii într-o staţie. Aici, Chérie încearcă să evadeze. Bo o „convinge” cu pumnii să îi dea ascultare. Şoferul autobuzului, afirmând că deţine autoritatea de „căpitan de vas”, îl scoate pe tânărul „Muhammad Ali” afară şi îi dă o bătaie soră cu moartea.

În acest moment, protectorul din copilărie al lui Bo 11 trage acestuia un perdaf zdravăn, spunându-i că şi alţi oameni au voinţă, sentimente, dorinţe şi opinii proprii, şi că nu are niciun drept să trateze întreaga lume ca fund o extensie a lui. îi mai spune lui Bo că şi-a meritat scărmănea-la primită şi că le datorează scuze tuturor, mai ales lui

Chérie.

În acest moment, bătutul, rănitul şi umilitul Bo nici nu mai îndrăzneşte să dea ochii cu ceilalţi.

A doua zi dimineaţă, la îndemnul prietenului său, Bo îşi cere scuze faţă de îngrijitorul staţiei de autobuz, faţă de şoferul de autobuz şi, în cele din urmă, faţă de Chérie, care, dând dovadă de co-dependenţă", se topeşte în braţele lui (la urma-urmei, el este total schimbat, nu?) şi pornesc amândoi către conac, unde au trăit fericiţi până la adânci bătrâneţi.

Cel puţin băiatul nu a câştigat fata înainte de a deveni sensibil, curtenitor şi respectuos… fie şi pentru 20 de mi-l

nu te. În viaţa reală, mulţi oameni nici nu aşteaptă cele 20 de minute, sau măcar o promisiune; se topesc în braţele celui ales, bazându-se doar pe speranţele pe care şi le-au făcut. Din nefericire, aceste speranţe nu sunt altceva decât o dezamăgire amânată.

Lucrurile se înrăutăţesc

Următoarele două exemple de putere stupidă vă vor ajuta să vă faceţi o idee despre gama largă a manifestărilor pe care le îmbracă acest tip de comportament autoritar şi critic, de la ridicol până la incredibil.

Primul exemplu vine de la unul dintre ascultătorii mei, un bărbat de 34 de ani, care s-a căsătorit de curând. M-a sunat să mă întrebe dacă era normal să pună o fotografie a mătuşn lui în albumul de la nuntă.

„Mătuşa ta a participat la nuntă?"

«Da".

„Apare în fotografiile de la nuntă?"

«Da".

„Este o persoană importantă pentru tine?"

„Da, practic ea ne-a crescut, pe mine şi pe mama mea". – k ne atunci care este problema dacă pui

fotografia ei în albumul de la nuntă?”

„Soţia mea refuză categoric să avem vreo fotografie cu mătuşa mea în albumul de la nuntă”.

„De ce?”

A «Pentru că mătuşa mea nu şi-a confirmat participarea înainte, însă a apărut la nuntă în ultimul minut şi soţia mea s-a înfuriat pentru că a trebuit să aranjeze un loc la masă şi un tacâm în plus”.

„Cred că nu vorbeşti serios…”

„Ba da”.

„Soţia ta ştie cât de importantă este mătuşa ta pentru tine şi nu vrea să îi pună fotografia în album ca să o pedepsească pentru că a apărut la nuntă în ultimul moment?”

„Prietene, vreau să-ţi spun două lucruri. Primul. fă-ţi un album de nuntă separat, numai al tău, cu toate fotografiile. Al doilea: vreau să îţi urez noroc! Te-ai căsătorit cu o persoană meschină, răzbunătoare şi autoritară, după cum îţi descrii proaspăta soţie, şi vei avea ceva de furcă!

Al doilea exemplu vine de la un cuplu pe care l-am cunoscut pe vremea când lucram ca terapeut pe probleme de cuplu, familie şi copii. Ea se plângea că el era la serviciu cât e ziulica de lungă, apoi venea acasă şi mergea direct în birou, unde continua să lucreze. Aveau doi copii, iar ea era casnică. Practic, nu petreceau deloc timp împreună, ca o familie.

Este destul de uşor şi previzibil ca soţia să fie supărata pe el. Până la urmă, cât de egoist poate fi un om? Dar stau puţin, povestea nu se termină aici.

Când l-am întrebat despre programul lui, mi-am dat seama că, pentru el, etica profesională era mai presus de orice. Nu era suficient să facă tot posibilul în timpul pe care îl avea la dispoziţie, trebuia să facă totul perfect, indiferent cât timp i-ar fi luat. Dacă nu

termina o lucrare la serviciu, se simţea obligat să o termine acasă. Era propriul său prizonier…

Şi lucrurile stăteau chiar mai rău. Soţia mi-a mai spus ca el o critica permanent, pentru felul în care avea grijă de casă, pentru educaţia copiilor, pentru cum arăta. Se pare că venea seara acasă şi îşi trecea mâna pe partea de sus a frigiderului, să verifice dacă nu cumva este praf. Şi ea era prizoniera lui…

În loc să mă enervez pe el pentru că era un tiran ticălos, m-am gândit cât de îngrozitor trebuie să se simtă el, ca să nu mai vorbim de cât de oribil trebuie să fi fost să trăieşti cu el. Omul acesta nu se putea relaxa nicio clipă, nu putea simţi satisfacţia unei munci bine făcute şi nu se putea bucura de iubirea şi liniştea pe care i le-ar fi adus soţia şi copiii. Pentru el nu exista niciodată rezultatul muncii, ci numai munca.

În primul exemplu, avem de-a face cu o femeie care nu se poate adapta la schimbări. Disconfortul ei se transformă în răzbunare meschină. În al doilea exemplu, avem de-a face cu un bărbat care nu se poate adapta la o viaţă completă. Disconfortul lui se transformă într-un efort autoimpus. Aceşti doi oameni sunt de compătimit, pentru că sunt propriii lor prizonieri şi ambii pot provoca suferinţe îngrozitoare partenerului şi copiilor. Amândoi sunt nişte soţi jalnici.

Post scriptum. Pe tânărul bărbat l-a ajutat foarte mult terapia. În final, a acceptat să lucreze doar o oră acasă, cu copiii jucându-se în jurul lui. După o oră de lucru (fix o oră!), soţia lui îi făcea un masaj şi îi oferea fursecuri făcute în casă. Ea era fericită să poată face aceste lucruri pentru el, iar el a început să înveţe să accepte ceea ce îi oferea ea. Felul lui de a fi era destul de greu de schimbat peste noapte, însăjnvăţase să se controleze şi să o lase puţin mai moale-Bineînţeles.

„Puţin” era suficient pentru soţia lui.

Şi în plus regula a devenit ca, de fiecare dată când verifica dacă există praf în casă, să îl şi şteargă! Este uimitor cum năravul a încetat pentru totdeauna!

Puterea stupidă este corozivă

„Nerăbdarea mea”, scria o ascultătoare, „combinatăcu Lipsa de înţelegere a diferenţelor dintre noi, m-a făcut să am un anumit tip de comportament. La întrebările oarecum «stupide» pe care mi le punea (stupide fie pentru că răspunsul mi se părea evident, fie pentru că mă întrebase acelaşi lucru de atâtea ori, încât nu puteam crede că nu ţine minte răspunsul) răspundeam cu un aer şi un ton dispreţui-tom e\ tar» CH timpul, aceasta a dus la o erodare a încrederii lui în relaţia noastră. Uneori, când sunt ocupată, mă exasperează să fiu întrebată despre ceva care mie mi se

E

— Til» Trebuie să îmi amintesc că el şi pare «deranjant şi inu –, simte nevoia să întrebe cu mine suntem diferiţi, iar tre’.

acelaşi lucru de mai multeon-nu estemci impor. Scrisoarea aceasta evi perăona Htate sau expetant. Diferenţele de energie j* d’ePexasperare. Gândiţi-vă rienţă provoacă adesea re copilărie par atât de fipuţin. Lucrurile pe care –, vă controlaţi resti, atât de evidente, aut de da e lucrurile şi să nu manifest-i [te° şi necunoscute pentru partener, care sunt noi, diferite, răsârorit cu un frate sau o t & 7 Ză când vorbesc cu de evident faptul ca P” 1” Pa P.j se tem să mărturisească nimic. – „t., nr; rând simţi nevoia sa de

Puterea stupida apare atu fii cocosul în casă, mini, să controlezi nevoia să auzi de

Să ţii frâiele, şi aşa mai depa, v, decât aut la celălalt – asta dacă eşti cearta. Cu alte cucât îţi trebuie ca să ştii cum te apropii de vinte, în loc să

asculţi ca să afh ceva:

partener, asculţi doar ea? scris 0 ascultătoare: Exact despre acest lucru «fe a «avea

— Dorinţa mea de a} i] durează de llama dus dreptate» în casmcia” °să nQI Nu putem avea o comuni-la distrugerea punţii dintre – Adevărat ceea ce spune care eficienta dacă eu nu a se cântraatac sunt conştienîi» de cunrcrer f. Încercăm a i remediem; astfel, el are dreptul la cinci minute în care poate vorbi fără ca eu să îl întrerup. Mă bucur că acum am metode cu care pot să îmi schimb comportamentul şi, astfel, pot iubi mai mult.

*

Scrisoarea aceasta a venit de la o femeie care a crescut într-o casă în care existau probleme cu consumul de alcool. Pentru a se proteja de furiile iraţionale şi egoiste tipice alcoolicilor, ea a învăţat să nu asculte şi să aibă pregătit un răspuns de apărare. Din nefericire, acest „antrenament” făcut în copilărie a dus la apariţia unui comportament defensiv chiar şi atunci când nu era cazul, pentru că devenise un obicei. Metoda ei de a asculta tăcută timp de cinci minute este o modalitate excelentă să scape de acest obicei.

Pe de altă parte, dacă cel care deţine puterea stupidă nu ajunge să realizeze cât de distructiv este comportamentul lui, viaţa alături de o astfel de persoană devine un iad pentru partener.

„Soţul meu este un om care îşi exercită autoritatea în mod constant. Prin urmare, atitudinea lui m-a făcut să devin o cu totul altă persoană. Am încetat să-i mai răspund. O conversaţie obişnuită se derulează astfel: eu spun ceva, el răspunde negativ, iar eu tac. Cel mai trist este că el nu îşi dă seama cât de tare mă afectează comportamentul lui. Nevoia lui

de a fi şeful mă face să mă retrag şi să nu spun exact ceea ce simt. De foarte multe ori în trecut, îi scriam câte o scrisoare în care îi explicam în ce fel mă afectează purtarea lui, iar când o citea, el lua un creion roşu şi îmi făcea bucăţi ideile. Da, ştiu, nu este deloc o căsnicie reuşită. Poate se va trezi la realitate într-o bună zi, deşi este puţin probabil, dar va fi prea târziu”.

Este foarte trist. Nimeni nu câştigă în acest caz. Poate că el îşi exercită puterea ca să o reducă la tăcere şi ca să aibă controlul, însă este o impresie falsă. Faptul că deţine controlul este o iluzie, iar el ştie. Numai că se teme foarte tare să îşi mărturisească slăbiciunile şi să rişte să o piardă din cauza lor. Tocmai aici este ironia. Ipotetic, el îşi ascunde defectele, şi totuşi, ea nu îl mai iubeşte.

Uneori, oamenii îşi repară greşelile. O ascultătoare recunoaşte că puterea ei stupidă le-a pus la grea încercare mariajul, fără însă a-l distruge, pentru că au făcut o „înţelegere”:

„Ştie că nu îmi place să recunosc că am greşit sau că nu am dreptate. Din acest motiv, evită total anumite subiecte. Modul prin care încerc eu să îmbunătăţesc situaţia este să exersez să spun următorul lucru: «Te rog să mă ierţi, am greşit.» Nu îmi este deloc uşor, dar ştiu că este important să pot rosti aceste cuvinte dacă nu vreau să îmi înnebunesc soţul. îi mulţumesc lui Dumnezeu că există oameni care sunt dispuşi să mă ajute!”…

Nu este prea rău… El îl cunoaşte slăbiciunile şi evită să o provoace. Ea îşi cunoaşte defectele şi încearcă să îşi controleze reacţiile, nu soţul. Nu este rău deloc.

Duşmanul „eu”.

În emisiunea mea de radio, am spus de foarte

multe ori că cel/cea cu care te căsătoreşti ar trebui să fie persoana căreia să îi poţi mărturisi cele mai ascunse, adânci şi stânjenitoare probleme sau experienţe ale trecutului. Totuşi, foarte mulţi oameni se căsătoresc tratându-şi partenerul ca pe un duşman, nu ca pe un aliat.

„Eu şi soţul meu ne-am căsătorit având fiecare idei foarte precise despre ce şi cum nu va fi mariajul nostru. Tatăl meu era extrem de autoritar şi considera femeile un fel de slugi, nu oameni. Soţul meu, pe de altă parte, a avut o mamă foarte severă, care conducea casa cu o mână de fier. Aşa că ideile noastre erau următoarele: eu refuzam să mai fiu vreodată dominată de un bărbat, iar el jurase să nu se mai lase niciodată condus de o femeie.

Bineînţeles că ne-am dat seama de ideile noastre mult mai târziu, iar atunci când am spus «da», nici măcar nu le bănuiam. Am început să ne certăm din orice. În esenţă, totul pornea de la o singură mare problemă: el nu avea încredere în mine, eu nu credeam în el. Fiecare îl vedea pe celălalt ca fiind duşmanul.

Ca să scurtez o poveste lungă, eu am început să citesc Biblia şi am găsit peste tot lucruri care se refereau la căsnicie. Am înţeles faptul că a fi tovarăşa de viaţă a soţului meu nu însemna că trebuia să devin o amărâtă umilită, supusă şi călcată în picioare. În schimb, puteam rămâne o femeie puternică, aşa cum eram, şi totuşi să îl iubesc pe soţul meu mai mult deck pe mine însămi. Odată ce am căpătat încrederea că soţul meu nu voia să mă domine şi am înţelescă nu era nevoie să mă transform într-o momâie, el mi-a răspuns cu aceeaşi monedă. Am învăţat să am încredere totală în el. Uluitor! Soţul meu a început să aibă încredere în hotărârile mele”.

Dacă aceste revelaţii şi metamorfoze nu au loc, avem de-a face fie cu un război crâncen şi capitulare unilaterală, fie cu o retragere nemulţumită. În cel de-al doilea caz pe care am să vi-l relatez, partenerii nu mai împărtăşesc nimic, pentru că ar fi o dovadă a pierderii controlului.

„Copiii mei nu îşi văd niciodată părinţii împărtăşind aceleaşi hobby-uri, păreri sau idealuri. Pur şi simplu nu avem încredere că celălalt nu va încerca să preia controlul. Cred că pl oblema se trage dintr-o lipsă de încredere reciprocă. Şi mai cred că această neîncredere va fi într-o bună zi picătura care umple paharul. Îmi iubesc soţul şi ştiu că şi el mă iubeşte, dar... dar mai ştiu şi că iubirea nu va rezista între doi oameni aşa cum suntem noi astăzi”.

Această situaţie îmi aduce aminte de un episod din serialul Zona crepusculară, în care, după un război global, se pare că doar doi oameni supravieţuiseră: un bărbat şi o femeie. Din nefericire, cei doi luptaseră pe fronturi inamice. La început, ei încearcă să se omoare unul pe altul, aşa cum ar face orice soldat devotat. Apoi, dându-şi seama de inutilitatea acestui ultim efort, bărbatul încearcă să se apropie e ea şi să o convingă să colaboreze ca să îşi asigure supravieţuirea. Un timp, cei doi par să colaboreze; amândoi erau tineri şi atrăgători, iar potenţialul romantic era evident (ca o paralelă la istoria cu Adam şi Eva). Apoi, atişe-le rămase din război le reamintesc de identităţile lor diferite, sau poate că anumite cuvinte sau gesturi sunt greşit înţelese. În final, nu există o încredere adevărată, durabila. Sfârşitul filmului reprezintă, de fapt, sfârşitul omenirii.

Chiar aşa se întâmplă cu numeroase relaţii. Din cauza războaielor din familie, a războaielor dintre iubiţi sau a luptelor interioare, finalul este adesea

tragedia-imposibilităţii partenerilor de a se adapta la armonie, la încredere.

De-a lungul vieţii am fost «călcată în picioare» de mai mulţi oameni. Pe măsură ce m-am maturizat, m-am hotărât să nu mai las pe nimeni, niciodată, să mă mai «calce în picioare». Mi-am păstrat decizia şi în căsnicie. Trebuia să am dreptate cu orice preţ, fiindcănu acceptam să devin «fraiera» soţului meu. Apoi, într-o-bunăzi, am ascultat. În loc să încerc să îl conving că am dreptate, mi-am ţinut gura şi l-am ascultat pe soţul meu. Apoi l-am ascultat pe Dumnezeu. Am înţeles că trebuie să îl Las pe Dumnezeu să facă din mine puntea care va lega mima mea de a soţului meu. Pe o punte TREBUIE să calci. Am făcut un legământ cu mine însămi, să accept paşu care calcă pe punte lin, respingând doar tropăiturile. Îmi doresc o căsnicie plină de iubire şi binecuvântată de Dumnezeu, iar dacă trebuie să încep cu mine, atunci aşa să fie.

M-a emoţionat foarte tare această scrisoare. Ea dovedeşte că schimbările sunt posibile şi că prima schimbare care trebuie făcută se referă la noi înşine, la atitudinea pe care o avem, felul nostru de a privi, reacţiile noastre şi la faptul că încrederea este o decizie pe care o luăm fără să ni se ofere garanţii. Tocmai de aceea schimbările sunt adevărate acte de curaj, acţiuni extrem de riscante, care însă ne pot răsplăti pe deplin.

Se prea poate ca luptele pentru putere se va garanteze „şefia”, dar vă garantează în acelaşi timp singurătatea.

Adevărata intimitate nu poate exista acolo unde se exercita puterea şi controlul. Este foarte adevărat că experienţele neplăcute pe care le aveţi sau le-aţi avut cu parteneri agresivi, care nu sunt demni de

încredere sau care au aventuri extraconjugale, vă pot face să deveniţi exagerat de defensivi făcând totul pentru a vă asigura că nu vi se vor mai întâmpla aceleaşi lucruri. Dar la fel de adevărat este că dacă veţi trage „înainte de a le vedea albul ochilor” (sau negrul inimii), vă veţi ucide relaţia.

Heterofobia: bărbaţii sunt Imperiul Răului în 1999, Daphne Patai, o renumită feministă, a scris o carte intitulată Heterophobia: Sexual Harassment and the Future of Feminism (Heterofobia: hărţuirea sexuală şi viitorul feminismului), inventând astfel termenul de hetero-lobie. Premisa heterofobiei este că mentalitatea feministă, care însemna mai multe opţiuni pentru femei, a devenit urî antagonism direct, visceral şi înspăimântător la adresa bărbaţilor, în care heterosexualitatea însăşi este considerată o forma de opresiune. Consider că teza este adevărată, iar autoarea este curajoasă pentru că a formulat-o, în condiţiile în care orice femeie care rupe rândurile şi critică orice are legătură cu partea feminină şi complimentează orice este masculin are parte de reproşuri şi critici severe.

De-a lungul anilor, mi-au scris multe femei care se simţeau trădate de mişcarea feministă, nesprijinite în „deciziile lor (cum ar fi hotărârea de a fi o mamă casnică) şi, pe scurt, manipulate pentru a fi furioase pe bărbaţi sau pe „patriarhatul” lor.

„Feminismul nu a făcut decât să mă subdivizeze în imagini fragmentare ale unei femei”, scria o ascultătoare. „În primul rând, feminismul m-a despărţit de bărbaţi, făcân-u-mă să mă tem de ei. Fiind adolescentă în anii ’70 am fost bombardată cu mesaje care îmi spuneau că voi fi folosita de bărbaţi şi nu voi primi niciun fel de respect. Eram înspăimântată şi furioasă înainte ca primul băiat, bietul de el, să-mi

arunce măcar o ocheadă. Cum poţi accepta ideea de căsnicie dacă eşti convinsă că ceea ce altă dată «ofereai» îţi este acum «jefuit»?

Apoi, feminismul m-a despărţit de sexualitatea mea Feminismul mi-a spus că sexul la întâmplareera dreptul meu prin naştere (putere) – şi că ar trebui să fiu capabilă să mă culc cu oricine vreau, oricând vreau, fără să simt nimic deosebit. Ciudat, acum realizez că am sprijinit vechile stereotipuri ale sexualităţii masculine şi exploataream legătură cu care aceleaşi feministe mă avertizaseră la început".

Am primit mii de scrisori care spuneau aceeaşi poveste în legătura cu punerea în gardă faţă de bărbaţi, ca parte fundamentală a teoriei feministe.

„Am crescut în mijlocul tuturor prostiilor legate de «eliberarea femeii» şi chiar am ajuns să cred că taţii nu sunt necesari. Deşi căsătorită, nu m-am oprit nicio clipă sa reflectez la ce înseamnă cu adevărat o căsnicie… adică a /i împreună. Este o formă de artă pe care mi-a venit greu să o învăţ. Credeam că mă protejez pe mine însămi şi pe fui mei dacă refuzam să fiu dependentă de soţul meu. Dacă e/ nu era de acord cu deciziile mele, oricum făceam cum mă tăia capul. Dacă se înfuria, îl ameninţam că plec şi că iau şi copiii cu mine, deoarece «mai fusesem pe picioarele mele şi nu-mi era greu să mă întreţin singură».

Din fericire, această poveste, spre deosebire de multe altele, are un sfârşit fericit. După ce şi-a părăsit soţul, acesta a insistat să încerce să vorbească cu ea. A reuşit să o pună pe gânduri. În cele din urmă, şi-a dat seama că, dacă el s-ar fi purtat cu ea aşa cum se purtase ea cu el, nu ar 1 fost deloc plăcut! După ce au apelat la ajutorul unui terapeut, lucrurile au mers mult mai bine.

Post scriptum. Fiul lor, în vârstă de 8 am la

vremea respectivă, a venit într-o zi şi a întrebat-o dacă ea este o mamă vitregă. Ascultătoarea mea, foarte surprinsă, i-a spus că nu şi i-a explicat că un părinte vitreg este cel cu care se căsătoreşte manta sau tata după ce divorţează. Se pare că majoritatea colegilor săi de şcoală aveau părinţi divorţaţi şi vorbeau adesea despre părinţii lor vitregi. Copilul nu voia decât să ştie dacă are şi el un părinte vitreg.

A fost foarte bucuros să afle că nu avea, dacă acest lucru presupunea un divorţ. Probabil că această întâmplare, mai mult decât orice altceva, a cimentat noţiunile de devotament, încredere şi familie în mintea ascultătoarei mele. Nu voia să-şi facă fiul să sufere. Cred că nu există altă motivaţie mai bună.

Dar eu vreau un tip/tipă cu autoritate!

După toate aceste exemple pare imposibil ca cineva să-şi aleagă un partener autoritar. Însă, în fiecare zi, în emisiunile mele de radio primesc telefoane din partea ascultătorilor, majoritatea femei, care se plâng şi se vaită şi critică exact acele comportamente pentru care au optat atunci când şi-au ales partenerul de viaţă. În prima mea căite, 10 lucruri stupide prin care femeile îşi distrug viaţa, subliniez că unele trăsături pot părea atrăgătoare sau tolerabile în timpul primelor întâlniri, deoarece unii oameni refuză să vadă pădurea din cauza copacilor. Cu alte cuviinţe, aceşti oameni vor doar să fie căsătoriţi, protejaţi, sprijiniţi şi salvaţi, ori pur şi simplu îşi supraapreciază capacitatea de a schimba personalitatea fundamentală a cuiva şi comportamentul.

O ascultătoare a emisiunii mele mi-a povestit într-o scrisoare cum a căzut în mrejele unui bărbat autoritar:

„Făt-Frumos a apărut în viaţa mea şi mi-a promis

lumea întreagă, în timp ce îmi smulgea propria lume de sub picioare. Trebuie să înţelegeţi că puterea unui bărbat autoritar, aşa cum era el, constă în terapia zilnică pe care o primeşti de la el. Cuvintele pe care le auzi de la el te programează, exact ca pe un robot. Din cauza fanteziei, slăbiciunii, disperării şi nesiguranţei mele am devenit demnă de milă, iar el a profitat”.

O altă ascultătoare mi-a povestit cum s-a căsătorit cu un bărbat la fel de autoritar ca tăticul ci drag, în ciuda faptului că, în cele din urmă, mama ei se recăsătorise cu un bărbat minunat. Este uimitor cât de departe pot merge unii copii pentru a restabili relaţia dintre tată şi fiică, cinai dacă este vorba de un tată rău şi o relaţie dureroasă. Probabil că ascultătoarea mea a crezut că în cazul ei, spre deosebire de mama sa, lucrurile vor sta altfel. Ei bine, Făt-Frumosul ei a trecut de la aşa-zisul „compliment al geloziei, la pedepsirea prin violenţă.

Atunci când oamenii au fost victimele unui părinte extrem de autoritar, ei învaţă destul de repede că, pentru a le face faţă, trebuie fie să îi înfrângă, fie să se unească cu ei, fie să se lase învinşi. Un copil nu îşi poate înfrânge părintele, exceptând provocarea suferinţei prin anumite acţiuni ilegale sau imorale. Mulţi sunt pur şi simplu doborâţi de către părinţi, devenind deprimaţi şi pasivi. Unii ajung să creadă că nu există decât două posibilităţi: să fii victima sau să deţii puterea. Aşadar, aleg puterea.

Este exact ceea ce mi-a povestit o ascultătoare:

„Am crescut într-o casă în care tatăl meu nu a ieşit niciodată înfrânt dintr-o ceartă. 7 ordeauna ne-a făcut să credem că el avea dreptate şi ne amintea mereu de suferinţele pe care noi i le provocasem. În căsnicia mea, îmi dau seama uneori că pornesc într-o călătorie a «puterii stupide

». Am impresia că în anumite domenii ştiu mai multe decât soţul meu. Şi mă laud cu asta… exact ca tata… un fel de frecţie la un picior de lemn, numai ca să îl conving că am dreptate. Recunosc că fac aceste lucruri… dar uneori reuşesc să mă controlez, recunosc că am greşit şi îi cer iertare soţului meu. Tatăl meu nu s-a schimbat. Cel puţin eu chiar mă străduiesc!”

Alte ascultătoare mi-au mărturisit faptul că aveau nevoie de un „tătic” care să aibă grijă de ele, pentru că nu se descurcau prea bine la acest capitol. Pentru aceste femei, să aibă o relaţie cooperantă cu o persoană egală ar însemna să îşi respecte şi ele partea lor de obligaţii – un lucru pe care ori nu vor, ori nu pot să îl facă. Aşadar, iată ocazia potrivită pentru un bărbat autoritar. Iată ce mi-a spus o ascultătoare atunci când am întrebat-o de ce a acceptat să se căsătorească cu un tip foarte sever în ce priveşte chestiunea financiară: „Am acceptat la vremea respectivă pentru că aveam un băieţel de 10 ani şi mă simţeam în siguranţă. Am fost recunoscătoare pentru această relaţie”.

O altă ascultătoare, căsătorită de 24 de ani, care are trei copii adolescenţi, tocmai a intrat în posesia unei moşteniri. Ce m-a întrebat ea? „Cum să-i explic soţului meu că vreau să dispun de moştenirea mea fără să îi provoc un stop cardiac?”

„De ce nu ai încredere în el astfel încât să decideţi împreună ce se va întâmpla cu banii care intră în posesia familiei?”, am întrebat eu, inocentă.

„Pentru că el controlează totul”.

„Nu înţeleg ce vrei să spui”.

„Păi, cam dintotdeauna el a luat deciziile referitoare la bani. I-am permis să aibă el controlul. Vam auzit spunând faptul că cel ce are responsabilitatea are şi puterea. Eu i-am permis să le

aibă. L-am lăsat să ţină contabilitatea şi să se ocupe de investiţii, şi tot felul de lucruri din acestea fără să mă implic. În mare, el are impresia că eu nu am contribuit financiar în căsnicie, iar cine face banii are dreptul să îi şi cheltuie”.

Din cauza moştenirii, ea îşi dorea o schimbare, astfel încât să poată avea controlul asupra banilor. I-am reamintit că, dacă eşti de acord cu un anumit tip de mariaj, aşa cum eşti de acord cu regulile de bază ale unui joc, atunci când vrei să schimbi regulile jocului pentru a obţine un avantaj, adversarul nu reacţionează deloc favorabil. Avea toate motivele să se îngrijoreze!

În primul rând, este important să reexamineze motivele care au dus la alegerea partenerului. Atunci când oamenii au deficienţe, adică există anumite lucruri pe care ar trebui să le îndrepte, ei pot fie să încerce să îşi corecteze neajunsurile, fie să obţină acele trăsături de la partenerii lor.

„Exact, cred că aşa am procedat eu. Iar el a făcut acelaşi lucru”.

„Mda, i-am răspuns eu, însă tu te îndrepţi către haos. El se îndreaptă către autoritate şi realizări. Ce calităţi ar fi putut el să ia de la tine? Pentru că el nu îţi respectă însuşirile”.

„Nu, nu le respectă, şi o spune destul de clar.

„Tocmai aici este problema. Însuşirile tale sunt contradictorii. Ştii ce a luat el de la tine? Impresia că este superior. Amândoi aveţi complexe de inferioritate, tu din cauza lipsei de abilităţi, el din cauză că are impresia că niciodată nu este suficient de bun. Căsătorindu-se cu tine, el devine automat suficient de bun, chiar superior. Tu te-ai căsătorit cu el pentru că are grijă de toate lucrurile pe care nu mai eşti tu nevoită să le faci. Acum, tu eşti cea care are

bani, iar în casa voastră banii înseamnă putere”.

I-am explicat că nu banii o făceau să fie competentă, iai faptul că banii erau ai ei nu îl făcea pe el să fie nepotrivit. Fără niciun dubiu, ambii s-ar fi comportat ca atare, ceea ce le-ar fi putut distruge căsnicia. În astfel de situaţii, este nevoie de un terapeut foarte inteligent şi competent care să îi ajute pe amândoi să ajungă să se respecte pe sine. Ea trebuie să se străduiască, să înveţe să se conducă şi să aibă încredere în sine. El trebuie să se lase iubit în ciuda faptului că nu este perfect. Amândoi au nevoie de un terapeut destul de experimentat pentru a înţelege că ea nu este o victimă, iar el nu este un dictator. împreună au alcătuit o echipă bolnavă, fiecare dintre ei având scopul de a se proteja şi de a fi iubit. Din nefericire, astfel de jocuri de putere stupidă şi sentimentul iubirii se exclud reciproc. Nu mai rămân decât resentimente, dezgust, frică şi singurătate.

În fond, exercitarea greşită a puterii – puterea stupidă – este o încercare de a fi altceva decât ceea ce eşti, de a te apăra de duşmanii din trecut sau de inamici imaginari. Este o dovadă a faptului că ne percepem pe noi înşine la fel ca în copilărie – ca fiind centrul universului.

Regele durerii

Când profesam ca terapeut, eram impresionată de numărul mare de cupluri care se certau în legătură cu cine suferă cel mai mult şi, prin urmare, cine are dreptul la mai mult. Această competiţie era un fel de Olimpiadă a durerii. Am primit de curând o scrisoare în care un ascultător numea această strategie „Regele durerii”.

„Atunci când eu şi soţia mea ne certăm, mai ales în legătură cu banii, recurgem adesea la strategia pe

care noi o numim «regele durerii». Eu încep să vorbesc despre faptul că am două slujbe, lucrez câte 60 – 70 de ore pe săptămână, iar ea încearcă să mă domine spunându-mi că slujba ei este mult mai stresantă decât a mea. Apoi eu încep să spun ce tare mi-ar plăcea să am şi eu o singură slujbă, indiferent cât de stresantă ar fi – numai să pot să fiu şi eu liber la sfârşit de săptămână. În cele din urmă, ajungem să încercăm să dovedim care dintre noi este mai stresat… şi uităm de problema financiară de la care pornisem. Am descoperit că, numind acest fenomen «sindromul regelui durerii», suntem capabili să revenim la discuţia importantă în loc să concurăm. Ne dă ocazia să râdem un pic de cât de prosteşti sunt certurile noastre şi înseninează atmosfera, astfel încât să putem avea o discuţie constructivă şi folositoare în legătură cu finanţele. Acum, dac-aş avea şi o coroană… „Atunci când partenerii concurează pentru puterea de a lua decizii, problema care apare este că intimitatea are de suferit de pe urma competiţiei. Aceasta presupune că întotdeauna cineva pierde şi se simte dispreţuit sau neapreciat.

Ironia constă în faptul că, atunci când foloseşti strategia „regelui durerii pentru a obţine o formă de apreciere din partea celuilalt, singurul mod în care poţi câştiga este să ignori durerea partenerului. Atunci când durerea lui este dispreţuită, partenerul nu are deloc chef să fie drăguţ! Aşadar, în fond, este o strategie prostească. Iată o dovadă în acest sens: „u

„Competiţia a început la scurt timp după căsătorie, scrie o ascultătoare. „Câştig mai mulţi bam şi dintr-un motiv oarecare, cred că am dreptul la mai multe laude, mai multe aprecieri şi tot felul de alte afirmaţii care să îmi gâdile orgoliul. După ce ne întoarcem de la serviciu, în fiecare zi, tradiţionala

întrebare «Dragă, cum ţi-a mers astăzi?» se transformă într-o bătălie despre cine a muncit mai mult, ale cui picioare s-au umflat mai tare sau dor mai mult, cine a dormit mai puţin, cine a muncit mai multe ore şi, pe scurt, cine a avut o zi mai înfiorătoare decât celălalt Măcar o dată mi-ar plăcea să nu mai intru în joc şi să mă trezesc sărutându-l pe obraz şi spunându-i: «Am avut o zi extraordinară. Ţie cum ţi-a mers, iubitule?» Însă viaţa mea nu este aşa. Mă fac singură nefericită. Mâine va fi o zi tocmai bună pentru a reîncepe lupta. Ba chiar mai bine, diseară este o seară perfectă pentru a o lua de la capăt.

Ce ar avea de pierdut dacă şi-ar sprijini soţul şi i-ar arăta interes? Statutul? în mod clar, să încerci să fii cel/cea care capătă toată atenţia celorlalţi nu dă rezultatele dorite, niciodată. Dar dacă îţi pasă de celălalt eşti pe deplin lăs-plătit. Dacă doi oameni fac acest lucru împreună, atunci fiecare primeşte afecţiune fără să fie nevoie de manipulările puterii stupide.

Cel puţin, următoarea ascultătoare şi-a învăţat lecţia.

„Întotdeauna încercam să fiu cu un pas înaintea soţuluii meu pentru a-i demonstra ce valoroasă sunt. Însă cu cât mă străduiam mai tare, cu atât mai puţin respect primeam din partea lui. Mulţi ani mai târziu, după ce am divorţat, mi-am dat seama că el nu avusese nicio vină. Niciodată nu am avut respect pentru mine însămi, aşa că încercam să îl smulg cu forţa de la el. Din păcate, nu am înţeles acest lucru în urma terapiei. Eu mi-am învăţat lecţia prin suferinţă. Însă, Doamne, am învăţat-o foarte bine! Acum, ca orice creştin puternic, mă respect, mă valorizez şi am în faţă un viitor minunat”.

„A avea dreptate = a merita să fii iubit”.

Pe vremea când profesam ca terapeut în probleme de cuplu, una dintre cele mai uimitoare revelaţii pe care le-am avut a venit din partea unei tinere perechi care se confrunta cu probleme conjugale. Se pare că el trebuia să aibă întotdeauna dreptate… orice s-ar fi întâmplat… de fiecare dată… indiferent ce ar fi trebuit să facă pentru a-şi obliga soţia să îi dea dreptate.

Recunosc, nu-ţi venea deloc uşor să îl simpatizezi pe tipul acesta. Am fost nevoită să răscolesc în profunzimile cunoştinţelor mele de terapeut ca să pot să îi ajut. Am recurs la noţiunea de

„Descoperire a suferinţei. Aceasta înseamnă că întotdeauna am presupus faptul că o anumită suferinţă este motivaţia din spatele unui comportament îngrozitor (cu excepţia cazurilor în care persoana respectivă este sociopată, psihopată sau pur şi simplu rea). Atunci când stabileam un astfel de plan de acţiune, îmi venea mai uşor să las deoparte dezgustul firesc pe care ţi-l provoacă un om atât de agasant.

Cu siguranţă, suferinţa era prezentă. Tatăl său era un arbat excesiv de strict, care îi asigurase fiului o educaţie t! P.mar-ial? I nu” aratase niciun fel de afecţiune, decât dacă tânărul avea o realizare sau se ridica la înălţimea aşteptărilor tatălui. Ei bine, iată care este formula suferinţei: convingerea că, dacă îl faci pe partener să înţeleagă că ai dreptate, atunci el sau ea va simţi afecţiune pentru tine şi te va iubi. Problema era că, la modul figurat, el era capabil să îşi bată soţia ca să o forţeze să îi dea dreptate, iar apoi nu înţelegea de ce ea nu era afectuoasă şi iubitoare. Aţi putea crede că motivul este evident. Din cauza educaţiei rigide pe care o primise încă de la o vârstă fragedă, el efectiv nu îşi dădea seama de

comportamentul pe care îl avea. Atunci când i-am arătat legătura care exista între trecutul şi prezentul lui, a fost şocat…

A fost chiar un moment emoţionant; ea l-a îmbrăţişat şi l-a consolat. Lui i-am atras atenţia că primea afecţiune pentru că era sincer, nu pentru că avea dreptate. Nimeni nu a mai scos un sunet până la sfârşitul şedinţei de terapie.

Diferenţele nu înseamnă doar superior versus inferior în După aproape 50 de ani de căsnicie cu un bărbat extraordinar de drăguţ", scria o ascultătoare.

„Acum, pentru că suntem amândoi pensionari şi suntem tot timpul împreună, mi separe tare enervant faptul că el nu înţelege ştirile de la televizor sau alte subiecte asemănătoare. Mă trezesccorectându-l frecvent şi mi-am dat seama că îmi place să fac acest lucru. Când eram colegi de şcoală, eu aveam întotdeauna rezultate mai bune decât el. Eu am terminat liceul la 16 ani, el la 19. Îmi iubesc soţul însă mă simt vinovată pentru răul pe care îl fac relaţiei.

Nu trebuie să aşteptăm pensionarea pentru a remarca diferenţele dintre noi şi partener – le vedem tot timpul. Iar deosebirile nu ar trebui să fie un prilej pentru exercitarea puterii stupide. Diferenţele ar trebui să fie o oportunitate pentru afecţiune, umor, respect, răbdare şi chiar o bună ocazie de a învăţa lucruri noi. În schimb, am observat că oamenii se folosesc de deosebiri pentru a făcu un pas în faţa partenerului, încercând să obţină o satisfacţie nesănătoasă. De cele mai multe ori, conflictele apar în legătură cu opiniile, cunoştinţele, ideile, perspectivele, ţelurile, visurile, reacţiile partenerilor, şi chiar legate de ceva atât de banal cum ar fi aşezarea vaselor în maşina de spălat sau de ceva atât de sacru cum ar fi educaţia copiilor.

Mă enervează foarte tare oamenii care cred într-adevăr, şi cu toată sinceritatea, că partenerul lor greşeşte numai pentru că face anumite lucruri altfel decât s-au obişnuit ei înşişi să le facă. Adesea îi întreb dacă diferenţa este periculoasă, distructivă sau ilegală. Reacţia pe care o primesc este una de uluire. Atunci încep să le explic că, dacă diferenţele dintre ei nu sunt periculoase, distructive, ilegale sau imorale, ci numai altfel decât sunt ei obişnuiţi – SĂ TACĂ DIN GURĂ!

Uimire! Să vedeţi atunci reacţii! Le explic că, de exemp u, din cauza diferenţelor cu privire la făcutul sandvişu-nlor, fie cineva se simte rănit, fie rămân amândoi nemâncaţi. Îi întreb: „Acesta este scopul tău?” Răspunsul este invariabil: „Păi, nu, bineînţeles că nu”. Şi atunci le spun: „Dar tocmai asta faci în fiecare zi cu oamenii despre care spui că îi iubeşti cel mai mult!”

Una dintre ascultătoarele mele îmi susţine teoria prin scrisoarea ei: r

„» Obişnuiam să concurez tot timpul cu soţul meu, în legătură cu orice. Îl provocam atunci când punea vasele murdare în maşina de spălat, reaşezându-le ţâfnoasă AŞA CUM TREBUIE, după ce el deja făcuse acest lucru.

Nici nu voiam să îl văd în bucătărie, deoarece era incapabil să păstreze ordinea după STANDARDELE MELE.

Nu voiam să îl las să pregătească el prânzul, pentru că îi un cam o oră şi jumătate să facă ceea ce eu făceam în 30 de minute.

Atunci când conducea, îi aduceam la cunoştinţă cu un aer superior care ar fi fost cea mai bună cale de a ajunge acolo unde voiam să mergem, şi deveneam teribil de frustrata la gândul că, dacă aş fi condus eu,

călătoria ar fi fost mai puţin enervantă.

În cele din urmă, mi-am dat seama că eram PERMAENT NERVOASĂ pe el. Enervarea mea şi pisălogeala continua au reuşit să îl facă să simtă că eu nu aveam nevoie de el şi nu îl doream, ba mai mult, ajunsese să se creadă incapabil să facă orice. îl distrusesem. Făcusem să dispată tocmai acele trăsături pentru care mă căsătorisem cu el.

În timp ce el se simţea mai incapabil ca niciodată, eu mă simţeam mai împovărată ca oricând. Eram nevoită să fac singură toată treaba din gospodărie, ca să nu sigură că ei a făcută aşa cum voiam eu. Apoi mă plângeam că el nu mă ajută destul.

Într-o zi mă gândeam la situaţia căsniciei noastre şi mi-am spus: «Mary, se pare că toate problemele pornesc de la tine. Tu eşti cea care risipeşte timp preţios pentru a face tot felul de lucruri. Tu eşti cea care iroseşte timp preţios enervându-se din cauza unor lucruri lipsite de imp oi

— Tanţă.» Aşa că în zâua aceea am jurat să nu mai concurez niciodată cu soţul meu. A fost o încercare foarte grea pentru mine să-mi ţin gura cea mare închisă, însă a meritat din plin. Adevărul este că, probabil, maşina de spălat vase nu este încărcată în cel mai eficient mod, dar este totuşi încărcată şi nu trebuie să fac eu acest lucru.

Dacă încetezi competiţia, poţi simţi iubire şi respect pentru un om pe care până atunci Tai intimidat prin sentimentele tale negativiste. Relaţia noastră este acum mult mai plăcută şi mai plină de recompense”.

Reţineţi faptul că nu aţi fost născut pe acest pământ cu misiunea precisă de a îi arăta partenerului toate greşelile pe care le face. Dacă observaţi un defect, un fel de a acţiona diferit sau o însuşire pe

care nu o agreaţi, opriţi-vă un moment, respiraţi adânc şi mulţumiţi-l lui Dumnezeu pentru faptul că v-a dat o persoană pe care o iubiţi şi care vă iubeşte.

Când s-a sărit calul

Există situaţii care fie sunt distructive, fie sunt de-a dreptul periculoase, iar atunci trebuie luate măsuri serioase – poate fi vorba de un ajutor psihiatric, o intervenţie din partea legii sau chiar desfacerea căsătoriei.

Probabil că vă mai aduceţi aminte de filmul în pat cu duşmanul. Soţul cel frumos, bogat şi minunat se dovedeşte a fi un monstru. Nu numai că totul trebuie să fie perfect (toate conservele trebuie să aibă eticheta la vedere, să fie grupate pe categorii, prosoapele trebuie împăturite într-un anumit fel, şi aşa mai departe), însă el nu poate suporta nici măcar o aluzie negativistă din partea ei, indiferent despre ce ar fi vorba, şi nici nu îi permite să aibă niciun fel de viaţă proprie. Când ea i se împotriveşte, devine violent. Înfricoşător, chiar extrem de înfricoşător. Şi asta destul de des.

Primesc prea multe scrisori de la femei care îmi povestesc despre agresiunile verbale sau fizice ale soţilor sau prietenilor lor. O femeie mi l-a descris pe soţul ei ca fiind foarte exigent:

„A recurs la metode foarte bizare ca să îşi impună punctul de vedere sau ca să dea o lecţie. Din cauză că fetele noastre nu aveau chef să mănânce broccoli la prânz, a scos la vedere vreo zece pungi de resturi alimentare pe care le ascunsese în congelator, sub pungile mele de alimente congelate, iar apoi le-a aşezat pe masă ca să le demonstreze fetelor cât de multă mâncare aruncam. O mare parte era mâncare pe care el nu o mâncase şi care nu fusese aruncată. Însă altele erau resturi de la gătit. Eu păstrez în

congelator ceea ce nu folosesc la gătit. Nu risipim chiar atât de multă mâncare. Mă sperie gândul că de atâta vreme el ascundea resturi de mâncare în congelator. Probabil că este ceva în neregulă cu un om care împinge lucrurile atât de departe. Mă face să mă întreb de ce altceva mai este capabil. Am ajuns la capătul răbdării. Am încercat să mergem împreună la un terapeut, însă nu a dat rezultate. Niciodată nu ştiu la ce să mă aştept, iar acest lucru mă sperie".

O altă ascultătoare mi-a scris că cel cu care este căsătorită de 17 ani nu scapă din vedere niciun amănunt, pentru a nu pierde cumva ocazia de a îi face observaţie. Înainte de a merge la culcare, verifică toate borcanele pentru a vedea dacă toate sunt perfect închise. Iar dacă un borcan nu este închis cum trebuie…

„Se repede la mine ca un câine gata de lupta. Face atâta caz de asta şi în cele din urmă ajungem să ne certăm, pentru că se poartă cu mine de parcă aş fi un copil. Apoi uită totul în două minute, dar eu îi port pică tot restul seni. Iar când încearcă să se apropie de mine, îl resping. Îi spun de ce îl resping, iar el mă face meschină. Şi începem iar să ne certăm".

Se pare că pentru unu oameni, să îşi umilească şi să îşi domine partenerul este un fel de afrodiziac. Puterea pe care o exercită îi face să se simtă potenţi. Sau, în alte cazuri, nici măcar nu este ceva „personal". Numai faptul că sunt autoritari, în alertă şi deţin controlul asupra lucrurilor (chiar dacă aceasta înseamnă să deţină controlul şi asupra partenerului) este pentru ei suficient de satisfăcător să se elibereze de grijile vieţii şi să se relaxeze prin intimitatea sexuală. Oricum am încerca să încadrăm un astfel de comportament, acesta este urât, nesănătos şi nu ar trebui acceptat.

În concluzie

Luptele repetitive pentru putere sunt obositoare. Este greu să duci o viaţă rezonabilă lângă cineva care este furios în permanenţă sau pe nepusă masă, şi este greu să trăieşti frumos dacă eşti mereu nervos din cauza lucrurilor mărunte. O astfel de abordare a vieţii înseamnă să te oferi singur să fiu sclavul impulsurilor şi al meschinăriei.

În călătoria religioasă pe care am întreprins-o în interiorul meu, una dintre cele mai interesante idei pe care le-am descoperit se referea la legătura dintre stăpânşi sclav. Consider că este o idee relevantă în cazul de faţă. Încerc să fiu un bun creştin, iar acest lucru mă obligă să îmi asum multe „reguli” (poruncile divine). Unii oameni mi-au spus că respectarea acestor reguli, de exemplu, pregătirea mâncării în mod tradiţional şi regulile Sabatului de a nu munci sâmbăta, mă transformă practic într-un sclav.

Aceşti oameni au înţeles exact pe dos. În loc să fiu un posibil sclav al impulsurilor şi poftelor mele, eu fac o ale-geie conştientă. Deoarece doresc să duc o viaţă mai curată, aleg să nu mănânc în post şuncă sau sandviş cu carne şi cu brânză, alimente care sunt interzise în Biblie (cu puţin ajutor din partea rabinului). Nu sunt sclavul poftelor mele, ci sunt stăpânul a ceea ce îmi intră în corp. Care sclav poate spune acelaşi lucru?

Sabatul trebuie să fie o zi sfântă, în care omului i se aminteşte că Dumnezeu a creat lumea şi că El, cel care, spie-deosebire de om, poate „sfinţi” obiectele fizice sau pământul, a sfinţit timpul şi l-a făcut să fie sacru în această zi. Niciun om nu poate controla timpul – acea realitate asupra căreia nu avem putere. Pentru că sunt evreică şi credincioasă, aleg să nu muncesc în Sabat şi să respect sfinţenia acestei zile.

Care sclav poate face acelaşi lucru?

Aşadar, atunci când cineva spune: „Nu pot să mă abţin, nu pot să controlez ceea ce fac”, acel om spune de fapt că este sclavul, nu stăpânul identităţii, acţiunilor şi posibilităţilor sale. Aşa cum am spus de multe ori în emisiunea mea de radio, un impuls irezistibil este doar un impuls căruia nu! te-ai împotrivit. Puteţi alege să fiţi stăpânul. Puteţi alege să spuneţi vorbe frumoase în loc să criticaţi sau să vă plângeţi. Puteţi alege să vă ţineţi gura închisă atunci când simţiţi că vă stă pe limbă un reproş sau o critică. Puteţi alege să nu refaceri ceea ce partenerul dumneavoastră a făcut deja, doar că să faceţi lucrul respectiv „ca lumea”. Puteţi învăţa să trăiţi cu dezamăgirea de a nu se face totul aşa cum vreţi dumneavoastră. Dezamăgirea va dispărea atunci când vă veţi obişnui – iar apoi veţi fi stăpânul.

În final, aşa cum scria un ascultător al emisiunii, puteţi învăţa să preţuieşti relaţia pe care o aveţi mai mult decât pe dumneavoastră înşivă:

„Reflectând asupra unei căsnicii ratate, am ajuns să mă întreb în ce fel m-a avantajat, în cele din urmă, importanţa exagerată pe care am acordat-o nevoilor, dorinţelor, programului şi obiceiurilor mele. Îmi dau seama acum că nu puţine dintre certurile noastre erau lupte pentru puteie. M-am recăsătorit şi am descoperit un proces care să mă ajute să îmi apăr relaţia actuală.

Primul pas: să realizez, o dată pentru totdeauna, că această relaţie merită să fie apărată de mine!

Al doilea pas: să devin perfect conştient de sentimentul care începe să mă macine şi să-mi obsedeze gândurile atunci când o situaţie sau o ceartă legată de putere se află într-o fază incipientă, iar eu sunt pe punctul de a spune: «Ţi-arăt eu ţie!»

Al treilea pas: să mă opresc, să nu spun nimic şi

să mă gândesc pentru o clipă: «Ce îi voi spune fiicei mele, o persoană pe care o iubesc şi o preţuiesc enorm, despre ceea ce s-a întâmplat, astfel încât să protejez adevăratele ei nevoi şi relaţia dintre noi?»

ăl patrulea pas: să descopăr o activitate mult mai potrivită şi mai benefică decât activităţile mele din trecut.

A trebuit să mă străduiesc mult, dar planul meu dă rezultate. Este remediul meu împotriva capcanelor puterii.

Iată soluţia. Este simplu. Renunţarea la puterea stupidă este dificilă, din cauza fricii pe care o simte cineva gândindu-se cu ce va rămâne dacă renunţă. Dacă acea persoană şi-a ales partenerul cu înţelepciune, va rămâne cu linişte şi iubire.

1

În original (engl.) este folosit termenul co-dependent = persoană care se lasă afectată de comportamentul altei persoane şi care apo. Încearcă cu disperare să controleze comportamentul celuilalt. (N. trad.)

Priorităţi stupide „în momentul acela am înţeles că noi înşine şi copiii noştri sunt cele mai importante lucruri din lume. „O ascultătoare a emisiunii

Oricât de incredibil ar suna, există momente în emisiunile mele de radio când, preţ de câteva fracţiuni de secundă, rămân mută de uimire. Există alte momente când sunt atât de furioasă, încât mă bucur că sunt la radio şi oamenii nu îmi pot vedea ochii ieşind din orbite în încercarea mea disperată de a nu intra prin receptor şi a-l strânge de gât pe cel care a sunat. Când apar astfel de momente? Ei bine, momentele de uimire sunt cele în care este evident că cel care a sunat este unicul arhitect al propriei suferinţe; iar al doilea tip de momente, în care îmi

vine să-i strâng de gât, apare atunci când omul de la telefon este în mod cert unicul arhitect al suferinţei unui copil. Multe dintre aceste situaţii au legătură cu „priorităţile stupide”.

Un exemplu de moment de uluire a fost atunci când un tânăr se plângea de faptul că el şi soţia lui nu mai erau deloc apropiaţi. Se pare că timpul pe care îl petreceau împreună, destul de rar şi destul de scurt, nu mai beneficia de acea scânteie de dorinţă care exista atunci când s-au cunoscut. L-am întrebat ce program avea fiecare. Amândoi aveau slujbe cu normă întreagă, urmau cursuri cu program zilnic şi păstrau diverşi prieteni şi diverse funcţii pe care le aveau dinainte de căsătorie. Mi-a povestit toate acestea plin de mândrie pentru cât de activi, implicaţi, realizaţi şi importanţi erau ei doi.

„Ăăă, sunt derutată. Tu te plângi de lipsa intimităţii, sexuale şi nu numai, însă vorbeşti cu entuziasm despre un program pe care nu l-aş putea caracteriza decât undeva între sclavie şi pedeapsă”.

„Mda, poate, dar nouă aşa ne place. Ne place să fim activi. Amândoi suntem oameni inteligenţi, care au realizări.

„Probabil că aşa este, însă am impresia că nu ţineţi cont unul de altul atunci când vă alcătuiţi programul. Pentru voi este important ceva ce nu are nicio legătură cu voi. Nu mă surprinde deloc faptul că nu prea mai aveţi o relaţie. Ceea ce nu înţeleg este cum se face că doi oameni inteligenţi nu îşi dau seama de realitate. O relaţie sau un partener nu înseamnă doar un pat pe care te prăbuşeşti la sfârşitul zilei. Relaţia şi partenerul trebuie să fie pe primul loc în viaţa cuiva”.

„Păi, nu ştiu ce să zic. Amândoi avem ţeluri şi planuri şi fiecare îl sprijină pe celălalt ca să le

realizeze.

„Da, te cred. Din moment ce fiecare sprijină egoismul celuilalt, egoismul propriu este automat încurajat. Bineînţeles că acest mecanism funcţionează. Însă nu conferă niciun fel de căldură, substanţă sau semnificaţie vieţilor voastre”.

„Nu acesta este motivul pentru care v-am sunat. Vreau doar să ştiu în ce fel ne putem simţi apropiaţi, ţinând cont de ţelurile şi activităţile noastre”.

„Domnule dragă, să dea naiba dacă ştiu!”

În astfel de momente sunt mută de uimire. Iar momentele în care îmi vine să strâng pe cineva de gât sunt doar o extensie a uimirii mele profunde. Îmi amintesc de un ascultător, tot un tânăr, de parcă ar fi fost ieri. M-a sunat să afle dacă ceea ce plănuiau el şi proaspăta lui soţie era

„În regulă”.

„Cu ce te pot ajuta?”

„Păi, eu şi soţia mea ne-am căsătorit. Vom termina în curând liceul şi plănuim să mergem la facultate”.

„Bine”.

„Păi, avem şi un copil de trei luni”.

„Ahaaa!!!”

„Şi amândoi muncim pentru a ne plăti facturile şi taxele şcolare”.

„Mhm”.

„Şi ne întrebam dacă ar fi bine ca părinţii soţiei mele să ne crească fetiţa trei sau patru ani, astfel încât noi să putem munci şi să ne terminăm facultatea”.

„Glumeşti? încerci să-ţi baţi joc de mine?”

„Nu, vorbesc serios. Ne-am gândit că, astfel, copilul ar fi îngrijit» iar noi ne-am putea vedea mai departe de educaţie şi cariere. Ce părere aveţi?”

„Cred că este cea mai imorală, egoistă, crasă, nesimţită… (M-am înfuriat! îmi venea să-l strâng de gât!) … inumană, incredibil de îngrozitoare sugestie pe care am auzit-o vreodată, în timpul sau în afara emisiunii!”

„De ce? Dacă reuşim să avem o educaţie bună şi slujbe bune, înseamnă că vom avea multe de oferit fiicei noastre. Iar părinţii ei s-au descurcat aşa de bine cu fiica lor, de ce să nu o facă şi cu nepoata lor?”

„Acum m-am înfuriat şi mai tare, pentru că insişti cu atâta «inocenţă». Pentru mine, este fenomenal de trist să văd o dovadă încă şi mai elocventă a decăderii responsabilităţii şi raţiunii în societatea noastră – atunci când un om aparent bine intenţionat, ca tine, vine cu un plan în care legătura cu propriul copil, educaţia, iubirea şi timpul pe care ar trebui să îl petreci cu el sunt sacrificate cu atâta uşurinţă, iar acest sacrificiu se crede că este făcut spre binele copilului.

Ceea ce sugerezi este dezgustător. Dacă socrii tăi vor creşte acest copil, ei vor fi adevăraţii părinţi ai copilului, iar voi doi veţi fi mătuşa şi unchiul cei ocupaţi. Iar apoi te gândeşti să o smulgi pe micuţă din casa ei, de lângă singura mamă şi unicul tată pe care îi iubeşte, ca şi cum ar fi un papagal sau un câine pe care îl iei de pe stradă? îţi imaginezi că ceea ce îi vei oferi în viitor va fi altceva decât o indulgenţă fără valoare, pe care o cumperi ca să îţi răscumperi conştiinţa? Crezi că astfel fiica ta va învăţa ce înseamnă mamă şi tată, familie şi devotament? Crezi că aceasta o va face să se simtă importantă? Crezi că o va ajuta să intre în viaţă încrezătoare şi plină de speranţă în ce priveşte familia pe care şi-o va întemeia cândva?

Renunţă la aceste idei, domnule, şi maturizează-

te. Voi doi v-aţi trezit cu o sarcină nedorită, v-aţi căsătorit pentru că aşa aţi crezut că este bine, însă fiecare dintre voi vă trăiţi viaţa ca şi cum aţi fi singuri şi fără obligaţii. Îţi recomand să dai acel copil spre adopţie unei familii formate din doi părinţi, o mamă şi un tată, într-un cămin de oameni devotaţi căsniciei lor, care vor considera că fiica ta are o valoare intrinsecă. Îţi mulţumesc pentru telefon sper să reuşesc să-mi revin repede de pe urma lui!

„Oh.”…

Acest telefon nu ar fi fost nici pe jumătate atât de groaznic dacă nu ar fi fost un simptom ai valorilor dominante ale societăţii în ce priveşte mariajul (concubinajul şi monogamnle în serie sunt ceva obişnuit), creşterea copiilor (bone, creşe, grădiniţe cu program prelungit) şi priorităţile (succesul înseamnă totul). Şi nimeni nu se ruşinează.

Ca şi cum ar fi răspuns acestor probleme, un ascultător mi-a scris de curând:

„Priorităţile mele erau exact pe dos; astfel am pierdut exact ceea ce preţuiam cel mai mult… numai că nu ştiam la vremea aceea. (Mă rog, ştiam care sunt cele mai importante lucruri pentru mine, dar am crezut că dacă voi avea «o carieră de succes», totul va fi bine.) Aşadar, mi-am concentrat toate eforturile pentru a «reuşi». Ei bine, nu am fost prea norocos în carieră şi am reuşit încă şi mai puţin să fiu fericit sau să îi fac fericiţi pe cei din jurul meu.

Astăzi sunt un om în vârstă care are un handicap (cu această situaţie m-am împăcat), însă fosta mea soţie (care a divorţat de mine) nu mai vrea să ştie nimic de mine; şi nici pe fiica mea nu o interesează prea tare persoana mea, chiar dacă se străduie.

fi SU (; CESIJH» şi eforturile de a-l obţine m-au făcut să mă rătăcesc şi să rămân singur. Dacă îmi este

permis să le dau un sfat celorlalţi, le-aş spune să se gândească bine la ce înseamnă «succesul» cu adevărat”.

Vreau să văd banii!

Îmi amintesc de un moment magic în timpul slujbei religioase de Crăciun, în anul 2000. Aparent în contradicţie cu ceea ce a sens ascultătorul despre care v-am vorbit anterior, rabinul a inclus în predica sa urarea ca toţi să ajungem foarte bogaţi. Ne-a urat un succes financiar uriaş în noul an. Am observat că mulţi dintre cei prezenţi s-au simţit puţin deranjaţi – poate pentru că o bună parte a antisemitismului porneşte din convingerea că evreii sunt avari. Este de înţeles că reacţia iniţială a fost negativă (în ciuda speranţei nerostite ca binecuvântarea lui să se împlinească), la o asemenea sugestie, ca banii să fie un scop al „adoraţiei”.

Îl cunosc bine pe rabin şi am înţeles ce încerca să facă. El ne-a urat tuturor prosperitate nu pentru avantajele noastre personale, ci pentru ca noi să avem puterea şi resursele necesare pentru a îndrepta lumea. Banii pot fi izvorul tuturor relelor în mâna unor oameni care nu au o bază religioasă. Totuşi, banii înseamnă posibilitatea de a face bine multor oameni. Dacă banii sunt un scop în sine, succesul este iluzoriu; dacă banii sunt un mijloc de a atinge un ţel nobil, atunci ei sunt o binecuvântare de la Dumnezeu.

Următoarea ascultătoare subliniază zădărnicia succesului înţeles ca unic ţel în viaţă, o lecţie dură pe care ea a învăţat-o:

„Eu şi soţul meu suntem căsătoriţi de zece ani şi avem oi copii, de 6 şi 8 ani. La începutul căsniciei noastre locuiam la marginea oraşului Seattle şi aveam amândoi cariere satisfăcătoare. Munceam pentru a plăti o casă frumoasă, o maşină nouă, îmbrăcăminte

de calitate, vacanţe exotice etc.

Când a venit pe lume al doilea copil, am realizat că nu mai puteam continua în acelaşi mod. Pur şi simplu nu puteam face faţă la tot. În plus, toţi banii pe care îi câştigam eu se duceau pe bone, creşe, parcarea maşinii în oi aş, ratele maşinii, asigurarea şi numeroase mese la restaurant, de vreme ce aveam bani, dar nu aveam timp.

Alarma care ne-a trezit la realitate a sunat atunci când fiica noastră în vârstă de 3 ani a fost molestată la creşă de către fiul directorului. În momentul acela am înţeles că noi înşine şi copiii noştri suntem cele mai importante «lucruri» din lume. Pe lângă acestea, lucrurile materiale nu fac nici cât o ceapă degerată.

Am renunţat la serviciile noastre şi ne-am mutat într-un mic orăşel de fermieri, reducând cheltuielile astfel încât să putem trăi dintr-un singur salariu. Acum, după ce au trecut şase ani, avem o căsnicie înfloritoare, iar copiii sunt la fel. Îmi place să stau acasă şi să mă implic în activitatea şcolară a copiilor noştri. Mâncăm mâncăruri gătite în casă şi ne adunăm pentru cină devreme, astfel încât să ne putembucura de petrecerea serii împreună. Treburile din casă sunt făcute în timpul zilei, aşa că, atunci când copiii merg la culcare, eu pot petrece ceva timp numai cu soţul meu.

Ne-am redefinit priorităţile şi ne-am concentrat pe lucrurile cu adevărat importante, şi astfel am descoperit o? suntem capabili să facem schimbări care ne consolidează mariajul şi familia”.

Am impresia că foarte mulţi tineri din zilele noastre nu înţeleg aceste decizii familiale. Cei mai mulţi dintre ei probabil s-ar fi gândit să îl dea în judecată pe proprietarul creşei şi să găsească o nouă creşă unde să îşi lase copiii. Aceşti tineri sunt

produsul unui egoism în creştere şi al devalorizării legămintelor, obligaţiilor şi sacrificiilor necesare pentru atingerea unui scop mai nobil. Ei sunt generaţia de ce-pn care au asistat la infidelităţile, divorţurile, abuzurile de alcool şi droguri, eforturile egoiste, materialismul şi ima-tuntatea fundamentală a părinţilor. Pentru numeroşi tineri, această gândire reprezintă o normă de comportament, nu o anomalie.

Un ascultător ne atrage atenţia:

— Consider că generaţia Ihi «EU» din societatea noastră trebuie să-şi redefinească priorităţile. Toţi reprezentanţii generaţiei lui «EU» vor sfârşi în azile de bătrâni, deoarece ei cresc acum o generaţie de copii care nu cunosc înţelesul cuvântului «altruism», ci numai pe cel al termenului «egoism». Vă mulţumesc pentru timpul pe care mi l-aţi acordat”.

Mi-a plăcut foarte mult mulţumirea care se referea la timp. Timpul este singurul lucru pe care noi, muritorii, nu îl putem cumpăra, crea sau controla. Timpul este darul nostru de la Dumnezeu. Timpul este cadoul pe care ni-l facem unii altora – cel mai minunat cadou – pentru că numai timpul ne dă şansa să stabilim relaţii, să iubim, să sprijinim, să primim afecţiune, să avem grijă de ceilalţi şi să (ne) vindecăm.

Profesia este pe locul întâi

O mamă din oraşul Dallas, statul Texas, m-a sunat de curând în timpul emisiunii pentru a mi se plânge de o activitate care a avut loc în liceul fiului ei, numită „ora de orientare profesională”. După câte spunea ascultătoarea mea, profesoara, o feministă convinsă, le-a muştruluit cu dispreţ pe fete, spunându-le că „ar face bine să fie atente în timpul acestei ore şi să îşi aleagă de pe-acum o carieră, altfel vor ajunge mame casnice care îşi şterg ţâncii la nas”.

Zău că nu vă mint.

Din fericire, fiul ascultătoarei mele a ridicat mâna şi a spus că nu se considera pe el şi pe cei cinci fraţi ai lui „ţânci cărora le curge nasul”, că mama lui stătea acasă cu copiii şi că ei erau toţi nişte copii bine crescuţi, care apreciau faptul că au o mamă şi un tată care au grijă de ei.

Am sfătuit-o pe mama respectivă să pornească războiul împotriva şcolii, apelând la ajutorul colegilor mei de la postul de radio din Dallas, pentru a organiza părinţii să lupte împotriva acestui atac dezgustător şi nociv la adresa maternităţii, căsătoriei şi familiei, care contribuie la creşterea confuziei şi a sentimentelor contradictorii pe care mulţi bărbaţi le au faţă de femei în general şi mai ales faţă de femeile care vor să-şi crească singure copiii.

Mi s-a făcut greaţă de câte telefoane am primit din partea unor mame care „s-au luminat” şi care vor să stea acasă cu copiii, dar ai căror soţi (bărbaţi crescuţi de mame singure care munceau) le silesc să meargă la serviciu pentru ca să îşi poată permite bunurile pe care „ei” şi le-au dorit întotdeauna. Pe vremuri, valoarea unui bărbat era dată de modul în care reuşea să îşi întreţină familia – astăzi, au pretenţia ca familiile să îi întreţină pe ei! Trist.

O ascultătoare şi-a revizuit priorităţile după ce a avut o conştientizare aproape „fatală”:

„Eh şi soţul meu ne-am început căsnicia ca doi oameni preocupaţi de reuşita profesională şi care înţelegeau importanţa avansării în carieră. El este profesor/antrenor, iar eu sunt asistentă medicală.

Amândoi am muncit foarte mult ca să ne câştigăm pâinea şi ca să avansăm în carieră. După câţiva ani, având şi un copil adolescent, am avut ocazia să promovez într-o funcţie de conducere. Pentru a putea îndeplini cerinţele noului post, eram

nevoită să muncesc cam 60 – 70 de ore pe săptămână.

Titulatura, succesul profesional şi banii, toate acestea le-am pus mai presus de timpul pe care trebuia să mi-l petrec cu soţul şi fiul meu. În consecinţă, aceştia au devenit extrem de independenţi faţă de mine, iar soţul meu a început să se înfurie din cauză că seară de seară era singur acasă, fără mine.

Am probleme de sănătate din cauza stresului de la serviciu şi a celui de acasă, inclusiv dureri în piept şi perioade de spitalizare. Din fericire, am devenit conştientă de răul pe care l-am făcut, atât fizic, cât şi psihic, familiei mele şi mie însămi, aşadar, am demisionat din ceea ce credeam a fi postul visurilor mele.

Nu aş putea fi mai fericită deck sunt acum. Nu mai am o funcţie importantă şi niciun venit considerabil. Însă nimic nu merită să îmi sacrific familia”.

„Dar, iubito, tot ce fac este pentru tine!”

Pe vremea când profesam ca terapeut în probleme de cuplu, familie şi copii, eram şocată de numărul mare de bărbaţi care îşi justificau programul de lucru îngrozitor astfel: „Dar, iubito, tot ce fac este pentru tine!” Această replică, bineînţeles, le făcea pe femei să aibă o grimasă plictisită şi să ridice din umeri stânjenite, pentru că nu se puteau gândi la un răspuns pe măsură. Cu siguranţă, îşi permiteau să-şi cumpere lucruri drăguţe şi nu prea ar fi renunţat la ele. Şi totuşi, se săturaseră să simtă că nu fac parte din viaţa soţilor lor.

Din păcate, acum este valabil pentru ambele sexe: femeile, ca şi bărbaţii, urcă pe scara visurilor lor solitare, strigând în jos către partener: „Dar, iubitule/iubito, tot ce fac este pentru tine!”

„Aiurea! i-aş spune celui care se justifică astfel.

„Ai ace exact la fel dacă ai fi singur. Este adevărat că partenerul beneficiază de anumite lucruri, însă ar prefera să nu sacrifice relaţia de dragul lucrurilor. Tu eşti cel hotărât să facă acest sacrificiu şi, culmea ironiei, afirmi că te sacrifici pentru el/ea. Ce manipulare isteaţă! Şi ce efect dezastruos, în cele din urmă, asta dacă nu cumva ai deja o iubită în cu-îse, care este extrem de dispusă, doritoare şi capabilă să te adore şi să te lase să sacrifici relaţia pentru ca ea să se poată bucura de lucruri!”

Unul dintre ascultătorii mei, un bărbat, mi-a dat dreptate: „Am 28 de ani şi sunt un ascultător fidel al emisiunii dumneavoastră. Sunt Regele priorităţilor stupide. Următoarele obiective sunt toate lucruri pe care le pun mai presus de soţia şi copilul meu: un serviciu de la ora 14: 00 la 22: 00, tunsul ierbii, întâlnirile cu rezerviştii din Marina americană şi participarea activă la tot felul de proiecte muzicale şi artistice de la colegiu.

Îmi iubesc soţia şi fiul, însă am impresia că nu le ofer prea multă siguranţă materială. Ştiu deja ce răspuns mi-aţi da: soţia trebuie să fie pe primul loc, însă eu nu mă simt un bărbat împlinit dacă nu reuşesc să satisfac nevoile familiei mele. De asemenea, mă simt terminat dacă nu fac ceva constructiv. Nu mă mândresc cu acest lucru. Ştiu că probabil fac mai mult rău deck bine, dar simt că nu mai exista: cale de întors şi nu pot renunţa la visurile mele de teamă că m-aş pierde. Sunt sigur că vă dezgustă cuvintele mele, însă eu aşa simt”.

Are dreptate. Chiar mă dezgustă. Şi mă întristează teribil de tare. Nu numai că deja s-a pierdut pe sine, dar este foarte probabil că îşi va pierde şi soţia şi copilul. Când cineva se simte terminat dacă nu este stimulat în permanenţă, acea

persoană are nevoie de ajutorul unui psiholog. Toţi oamenii au nevoie de stimulări şi provocăii este un aspect firesc al vieţii. Dar când provocările devin scopul vieţii cuiva, iar acel om se simte „terminat fără ele, atunci acea persoană este deja moartă în spaţiile care ne fac cu adevărat umani; este vorba despre spaţiile în care bucuria şi triumful vin din dăruire, iubire, sacrificii, protecţie şi simplul fapt de „a fi cu cineva.

Profesia nu este singura prioritate care poate să-i acapareze pe oameni complet şi care poate să rănească sau să distrugă relaţiile dintre ei. Curăţenia este o altă cauză problemelor care apar în cupluri. Citiţi cu atenţie următoarele două comentarii:

— O edemn că o casă «fără pată» îl va face pe soţul meu să se simtă important, iubit şi mândru. Am ajuns să înţeleg că acest aspect nu este la fel de important ca timpul pe care îl petrec cu el. Acum eu şi soţul meu lucrăm în ture diferite, astfel încât să fie tot timpul cineva acasă cu copilul nostru de 15 ani, eu fac curăţenie când el este la serviciu şi fiul nostru îşi face temele sau are alte preocupări, iar sfârşituri-le de săptămână mi le păstrez pentru soţul şi fiul meu şi nu-mi mai fac atâtea griji pentru o casă impecabilă”.

Şi al doliea:

„Soţul meu, cu care sunt căsătorită de un an, spune că pun toate celelalte obligaţii ale mele mai presus de nevoile lui şi ale relaţiei. Dar, recunosc, totul în casă TREBUIE să fie ordonat pentru ca eu să mă pot relaxa şi să fiu intimă cu el. Dezordinea şi haosul mă fac să-mi piară cheful. Am nevoie de ajutor pentru a crea un echilibru între ideile mele şi atenţia exclusivă pe care trebuie să o acord nevoilor lui”.

Există oameni care au nevoie de stimulări şi provocări permanente sau de ordine perfectă ca să se

poată gândi mai apoi şi la relaţia lor, iar tristul adevăr în legătură cu aceşti oameni este că, de fapt, nu se gândesc deloc la relaţia pe care o au. Profesia sau curăţenia sunt doar paravane în spatele cărora îşi ascund spaimele de probleme, slăbiciuni, nepotriviri, secrete sau griji, fie ele imaginare sau reale. Prin profesie sau curăţenie, ei se simt intacţi, echilibraţi şi stă-pâm pe situaţie

— Însuşiri în legătură cu care se tem că ar dispărea dacă ar înceta munca sau ar fi deschişi şi vulnerabili în cadrul unei relaţii intime. Cu alte cuvinte, se simt siguri şi competenţi în faţa unui computer sau unei mături, şi nu în braţele partenerului sau ale copiilor. Astfel se explică încăpăţânarea lor de a nu renunţa la activităţile pe care le au, în ciuda problemelor evidente care apar în relaţie. Aceşti oameni au nevoie de introspecţie şi ajutor de specialitate.

„Sunt gata să fiu în prim-plan!”

Una dintre realităţile dure cu care trebuie să se confrunte un copil atunci când se maturizează este că el/ea nu este centrul universului. Pentru un copil mic este uşor să îşi imagineze că el este centrul universului, când părinţii şi rudele se minunează şi se extaziază de orice gângurit şi orice mâzgăleală. Prima oară când educatoarea le spune că nu au voie să îi ia creionul Mariei sau că Ionuţ va merge puntul la baie, copiii ajung să înţeleagă că viaţa este un efort de cooperare.

Unii renunţă foarte greu să fie centrul universului, iar captarea atenţiei şi dorinţa de a fi în prim-planul celorlalţi poate îmbrăca numeroase forme – unele fireşti, altele mai puţin normale.

Depinde numai de intensitate şi echilibru. Unii devin amuzanţi sau chiar bufoni. Unii devin

„Necesari”, alţii devin îngrozitor de dependenţi, iar alţii ajung să fie permanent suferinzi, şi aşa mai departe.

Una peste alta, această mentalitate, caracterizată de nevoia de a fi în prim-plan, aduce necazuri în familie.

„Mi-am petrecut ultimul an şi jumătate ca mediator la dezbaterile elevdor şi regizor de teatru la liceul din localitate”, scrie o ascultătoare. „Am reuşit să ajung la faza naţională în aproape orice domeniu în care concuram. Am regizat trei piese de teatru (dintre care una era un music-hali de proporţii, în care jucau 100 de elevi). Atât părinţii, cât şi conducerea şcolii mă lăudau pentru binele pe care l-am făcut copiilor. Credeam că mă descurcasem foarte bine până în momentul în care am realizat că fiul meu urma să împlinească un an. Pierdusem primul lui an de viaţă. Iar pe fiica mea au învăţat-o alţi educatori să folosească oliţa.

Am fost atât de absorbită în încercarea mea de a fi considerată cea mai bună, încât am devenit cea mai rea mamă şi soţie”.

Aveţi grijă să vă supravegheaţi orgoliul! Orgoliul ne întinde o capcană în care putem cădea foarte uşor. Atunci când eşti bun într-un domeniu, capeţi sentimentul că eşti important – ceea ce, deseori, îţi dă un sentiment de legitimitate – care devine un sentiment de superioritate, iar acesta duce la destrămarea unei relaţii.

Profesia nu este cel mai important lucru – este singurul care contează

Foarte mulţi oameni îşi obţin prin profesie sentimentul fundamental de valoare personală şi apartenenţă, în loc să-l capete în mod egal din carieră, căsnicie, copii, prieteni, familie, comunitate şi viaţă

spirituală interioară. Dacă „numai munca fără distracţie îl face pe Jack un om anost”, atunci numai profesia, fără familie şi fără legături maritale, îi fac pe Jack sau pe Jill să ducă o viaţă lipsită de consistenţă, frumuseţe, sens sau scop.

Este tocmai ce spunea o ascultătoare:

„Am lucrat 15 am la o companie şi credeam că această situaţie va ţine o veşnicie. Era o afacere în familie. Am dat totul pentru funcţia pe care o ocupam. Când am fost însărcinată cu primul copil, am lucrat până în ziua în care am născut. M-am întors la lucru după patru săptămâni de la naştere. M-a durut sufletul când a trebuit să îmi părăsesc copilaşul, dar compania «avea nevoie de mine». Câştigam foarte bine, însă nu puteam să am nici măcar un sfârşit de săptămână liber, nu mai vorbesc de concediu.

Nici nu ştiu când copilul meu a împlinit 12 ani. Proprietarul i-a încredinţat fiului său conducerea companiei, iar eu am fost prima care a fost dată afară. La început, am fost distrusă. Însă tot răul poate fi spre bine, cu voia lui Dumnezeu. M-am angajat într-un post total diferit, câştig la fel de mulţi bani, muncesc mai puţine ore şi sunt liberă la fiecare sfârşit de săptămână. Soţul meu, fiica noastră şi eu ne bucurăm din plin de tot timpul liber pe care îl avem, transformându-l în amintiri de neuitat.

Nu are importanţă câţi bani câştigi sau dt de mult urci pe scara ierarhică a unei companii, dacă nu ai timp să te bucuri de oamenii pe care îi iubeşti cel mai mult. Singurul meu regret este faptul că nu mi-am pierdut slujba cu zece ani mai devreme”.

Pentru mine este interesant să observ că foarte multe dintre scrisorile care se referă la priorităţile stupide descriu mai întâi un dezastru din care oamenii au învăţat într-un mod dureros ce fel de echilibru şi ce

priorităţi sunt esenţiale pentru fericirea lor şi pentru a avea o viaţă împlinită. Nu putem să le dorim oamenilor necazuri în speranţa că se vor trezi la realitate şi îşi vor salva relaţiile cu partenerii şi copiii. În primul rând din acest motiv am scris cartea pe care o citiţi acum

— Poate dumneavoastră sau o persoană pe care o iubiţi (dar pe care începeţi să o antipatizaţi) puteţi trage învăţăminte şi foloase din experienţele altora.

Uneori nici nu este vorba despre oameni care sunt complet egoişti sau insensibili la nevoile celorlalţi; există impulsuri puternice, asemănătoare cu mareele, care ne împing mult prea departe înainte de a ne da seama. Ceea ce mă surprinde întotdeauna este cât de uşor părem să ne lăsăm

„Purtaţi de val”. Şi pe lângă faptul că îi neglijăm pe ceilalţi, nu mai simţim nevoia de intimitate. Deseori mă întreb cum de nu ne mai este dor de acea apropiere şi cum de este posibil să ne simţim satisfăcuţi doar de succes, putere sau bani.

Următorul ascultător s-a lăsat dus de val, însă a avut puterea să se smulgă din curentul care îl purta:

„M-am angajat ca asistent al unui director de benzinărie din New Mexico. După o lună sau două, directorul a demisionat, aşa că eu am preluat benzinăria şi am devenit director/proprietar. Eram hotărât să reuşesc şi am început să lucrez 105 ore pe săptămână – şapte zile din şapte – 363 de zile şi jumătate pe an, timp de patru ani la rând.

Dumnezeu mi-a oferit mai multe ocazii de a scăpa, sau cel puţin aşa cred, însă le-am refuzat pe toate. Până la urmă, eram MARELE afacerist, MARELE şef (eram, de asemenea, cel care spăla toaletele).

Îmi vedeam soţia şi copiii numai dacă veneau să

mă viziteze la serviciu şi, în felul acesta, am pierdut câţiva ani din viaţa copiilor mei.

După perioada mea de glorie şi orgoliu, adevăratul proprietar a scos la licitaţie locaţia de gestiune a benzinăriei, iar eu am pierdut licitaţia cu o ofertă de trei ori mai mare. Am fost ruinat într-o clipă – nu câştigasem absolut nimic de pe urma muncii mele.

Filosofia de nezdruncinat pe care o am acum este următoarea: MUNCA E NASOALĂ. Acum, familia este pe primul loc. Ceea ce contează este că am timp pentru familia mea şi mă pot bucura de ei".

Am impresia că Dumnezeu a fost nevoit să fie foarte direct pentru a-l trezi pe acest ascultător la realitate!

„Este datoria mea divină".

Fiindcă a venit vorba de Dumnezeu, am avut onoarea de a ţine. un discurs în faţa unei încăperi pline de preotese din Bronx, Manhattan şi Brooklyn. Din moment ce aceste femei, soţii de preoţi ortodocşi, făceau parte dintr-o lume tradiţionalistă, eram convinsă că nu era cazul să abordez vechile mele subiecte laice despre muncă şi familie.

Mă înşelam. Se pare că, pe lângă creşterea unui număr în general mare de copii (ortodocşii consideră o familie numeroasă binecuvântarea lui Dumnezeu), ele simţeau că este de datoria lor să-şi asume responsabilitatea pentru nevoile şi cererile oamenilor şi familiilor din parohie.

Din nefericire, le era destul de greu să-şi împartă timpul între ceilalţi şi căminul şi copiii proprii. Cu aceleaşi probleme se confruntă şi preoţii.

Recunosc că era o problemă nouă şi serioasă, pentru că ei, de fapt, chiar aveau responsabilităţi pe care şi le asumaseră în momentul în care aleseseră să

fie lideri spirituali ai comunităţii. Totuşi, nu trebuie să neglijăm două aspecte. Primul: un bun mod de a-şi servi comunitatea era ca ei înşişi să fie modele de urmat; plasarea familiei pe primul loc al priorităţilor îi învăţa pe ceilalţi cum să-şi organizeze vieţile şi cum să facă faţă presiunilor venite din exterior. Al doilea: probabil că subestimau cât de tare le măgulea orgoliul sacrificarea familiei din cauza „datoriilor religioase”.

— Până la urmă, este mai uşor să fii un erou în afara căminului, decât în interior. Un ascultător subliniază acest aspect:

„Acum câţiva ani am comis cea mai mare dintre toate greşelile mele în ce priveşte ordinea priorităţilor. Credeam că Dumnezeu mi-a încredinţat preoţia şi că asta era ceea ce dorea El să fac.

Preoţia a început să aibă o existenţă independentă… iar familia ocupa locul al doilea, un loc cate deseori venea după toate celelalte activităţi, deoarece preoţia era atât de importantă şi acaparatoare.

Viaţa personală şi familia au devenit haotice. CREDEAM că îl pun pe Dumnezeu pe primul loc; în cele din urmă, am realizat că eu însumi eram pe primul loc – că eram influenţat de trecutul meu şi încercam să îndrept lucrurile pentru a mă elibera de sentimentele mele apăsătoare şi a-l «câştiga» bunăvoinţa lui Dumnezeu. Totul se fi a-ge din familia în care am crescut şi ceea ce m-au făcut ei să simt de-a lungul anilor. Pur şi simlu credeam că Dumnezeu semăna cu familia mea.

Acum am renunţat la preoţie şi dau lecţii particulare acasă, astfel încât familia mea este pe primul loc în acest moment. Dumnezeu m-a binecuvântat cu adevărat.

Nu înseamnă că toţi cei care au grijă de alţii în

numele lui Dumnezeu sunt maniaci în preocuparea faţă de propria persoană, sau faptul că încearcă să vindece răni sau culpabilităţi din trecut, însă cei care fac acest lucru ar trebui să se vindece mai întâi pe ei înşişi sau să renunţe la profesia lor. Cu toţii ar trebui să ne autoanalizăm cu grijă, pentru a vedea dacă nu cumva suntem în serviciul propriei persoane crezând că suntem în serviciul altora. O bună modalitate de a face diferenţa între cele două este să vedem ce şi pe cine sacrificăm pentru ceilalţi şi dacă sacrificiile pe care le facem sunt şi în beneficiul oamenilor faţă de care avem cele mai multe obligaţii, partenerii şi copiii.

Cred că cele mai reuşite păstoriri din punct de vedere spiritual plasează familia pe primul loc. Un exemplu perfect ni-l oferă reverendul Robert Schuller. Îşi exercită excelent misiunea divină şi se ocupă de şcoala parohială. Am privilegiul să îi cunosc întreaga familie şi niciun membru al ei nu a avut niciodată de plătit vreun preţ pentru calitatea de preot a tatălui şi soţului, pentru că ei sunt pe primul loc şi fac parte din proiectele lui. Preoţia lui este cu adevărat o afacere de familie.

Rabinul parohiei mele, Moshe Bryski, are un succes formidabil în acţiunile lui de dezvoltare a organizaţiilor’s*: ucâenţe? tI» educaţie a adulţilor, orele de religie pentru copii, menţinere a legăturilor internaţionale între evrei. Regulile lui sunt însă foarte stricte. Întotdeauna ajunge acasă la timp pentru cină şi îşi ajută numeroşii copii să-şi facă lecţiile. Şi nu vă obosiţi să îl căutaţi duminica, este ziua rezervată familiei.

Îi respect pe aceşti oameni, pentru că, indiferent cât de reuşite sunt carierele lor, nici ei, nici munca lor nu au statutul de zei, îai familiile lor sunt întotdeauna pe primul loc.

„Acum un an nu mă găseai niciodată acasă”, mărturiseşte un alt ascultător din rândurile preoţimii.

„Iar cei trei copii ai mei erau la grădiniţa cu program prelungit de la ora şase dimineaţa la şapte seara, de unde erau duşi la o bonă sau o rudă a noastră până la ora 11 seara. Erau zile când familia mea nu apuca deloc să mă vadă. Iar la sfârşitul săptămânii era şi mai rău. Eram plecat toată sâmbăta şi o mare parte a duminicii.

Probabil cava întrebaţi deja oare ce aveam atât de important de făcut! Răspunsul meu s-ar putea să vă şocheze… îl slujeam pe Dumnezeu! – sau, cel puţin, aşa îmi imaginam eu. îi mulţumesc lui Dumnezeu că m-atrezit la realitate şi m-a făcut să înţeleg că îl slujesc pe El dacă îmit slujesc în primul rând familia. Mă bucur să pot afirma că este o lecţie pe care am învăţat-o la timp.

Două aspecte trebuie subliniate aici: unul este clar legat de măgulirea orgoliului, însă al doilea se referă la faptul că trebuie să înveţi să-ţi stabileşti limite şi să spui nu, ceea ce, din nou, are legătură cu orgoliul. Cu toţii vrem să ne simţim necesari şi importanţi. Când urmam cursurile de terapeut, am fost avertizaţi în legătură cu „complexul lui Mesia”. Era un alt mod de a ne reaminti că nu trebuie să ne împăunăm prea tare – să nu dezvoltăm o percepţie amplificată a puterii şi importanţei pe care o avem. Este toarte uşor să aluneci în această capcană când oamenii te privesc încrezători, cerându-ţi ajutor, răspunsuri, sfaturi şi călăuzire spirituală. Nimic nu ne aduce cu picioarele pe pământ şi nu ne trezeşte mai tare la realitate decât adevărurile pe care le aflăm despre noi înşine acasă, cu partenerul şi copiii! Doamne, uneori este umilitor, iar umilinţa este necesară dacă vrei să îi ajuţi pe ceilalţi.

O ascultătoare mi-a scris pentru a mi se plânge de comportamentul de „erou” al soţul ei şi de reacţiile lui atunci când toată lumea apela la ajutorul lui:

„La scurt timp după căsătorie, am observat că era omuj pe care toată lumea îl suna în caz de urgenţă. De fapt, dacă stau să îmi aduc aminte, aceste lua-uri se întâmplau şi pe vremea când eram logodiţi, numai că eu eram prea oarba. Chiar şi oameni care nu erau decât cunoştinţe întâmplătoare îl sunau şi îl puteau convinge să renunţe la o întâlniie cu mine sau la aniversarea vreunuia dintre copii, pentru a sări în ajutorul lor…

Am fost frustrată am de-a rândul şi nici nu mi-am dat seama cât de anormal ajunsesem să mă comport, invent în o urgenţă numai ca să îi pot capta atenţia. Când am văzut cum copiii noştri începuseră să înveţe să facă acelaşi lucru, mi-am dat seama că ceva nu era în regulă.

Am apelat laajutorul unui terapeut. Cu timpul, soţul meu a ajuns să înţeleagă că răspunzând atât de prompt la solicitările celorlalţi, sacrificând astfel timpul pe care trebuia să-l petreacă cu familia, nu făcea decât să îşi măgulească orgoliul, având astfel o părere mai bună despre sine. Când ne-a ascultat cu adevărat pe mine şi pe copii vorbind despre cât de neglijaţi ne simţeam, a reuşit să înţeleagă că noi ar trebui să fim principala lui preocupare, iar lucrurile s-au îmbunătăţit simţitor şi suntem mult mai fericiţi acum”.

Când orgoliul devine pentru noi o prioritate, putem încerca să-l ascundem sub pretextul că II slujim pe Dumnezeu sau că ne sacrificăm pentru binele familiei, însă, în acest caz, adevărul-este că avem priorităţi stupide, care ne avantajează pe noi înşine şi care ne vor distruge, în cele din urmă, sufletele şi

familiile.

„Nu vreau să mă maturizez!”

Uneori, oamenii nu-şi doresc cu adevărat să se maturi-Zeze „Vn” d între aceştia ajung totuşi să se căsătorească, iar unu dintre ei au şi copii. Toţi aceşti oameni îi fac să sufere pe cei pe care au jurat că îi vor proteja.

Cei care suferă de sindromul „nu vreau să mă maturizez îşi închipuie că mariajul şi copiii nu ar trebui nicidecum să le afecteze perioadele de distracţie. Uneori, de vină este hobby-ul pe care îl au. („A fost dintotdeauna un vânător pasionat şi cheltuieşte sume mari de bani şi foarte multă energie cu această pasiune. Deseori m-am simţit ultima Pe lista lui de priorităţi, după profesie, vânătoare şi pescuit. Când oare se va termina totulî”) Sau pot fi ieşirile cu prietenii… poate că de vină a fost pasiunea lui de a juca golf cu prietenii şi de a se întoarce beat acasă cu maşina.

Divorţul nostru a fost definitiv, iar el s-a încurcat cu o tânără de 20 de ani care s-a mutat la el şi a rămas imediat însărcinată.”) Ori poate însenina alegerea de a dispărea complet din peisaj. („Mi-a spus că a trăi cu mine şi copiii noştri gemeni ar fi ca şi cum ar trăi în închisoare. L-am iubit din tot sufletul. Am vrut să trăiesc visul american. Dar el voia să iasă cu prietenii şi refuza să se maturizeze. Ştiţi, i-a luat patru zile să se hotărască să meargă să doneze sânge pentru fiul nostru, pentru că era prea ocupat. Cred într-adevăr că priorităţile lui erau puţin cam haotice.) Aceşti oameni imaturi aleg satisfacţia lor imediată înaintea obligaţiilor şi bunăstării celor pe care (se presupune că) îi iubesc.

Este foarte greu să ajungi la sufletul acestor oameni, îmi amintesc că atunci când profesam ca

terapeut pe probleme de cuplu, partenerul imatur se simţea îndreptăţit să se bucure de plăcerile lui… pentru că: celălalt era un uisuz şi nu voia niciodată să facă nimic, casa era în dezoidine, copiii erau o problemă, avea dreptul să se distreze pentru că muncea atât de mult, făcea aceste lucruri dintotdeauna şi partenerul se căsătorise cu el/ea cunoscând situaţia, viaţa este scurtă, trăim într-o ţară liberă, şi aşa mai departe.

Concluzia este că aceşti oameni nu trăiesc pentru a dărui, aşadar, nu sunt parteneri şi părinţi buni

— Şi îşi arată defectele încă de la primele întâlnin. Unu dintre dumneavoastră doriţi să fiţi orbi pentru că „sunteţi îndrăgostiţi, disperaţi sau credeţi că se vor schimba, ori poate vi se pare drăguţ la momentul acela. Iată o scrisoare din partea unei ascultătoare care ar trebui să pună punct – oare de câte dovezi mai are nevoie?

„Prietenul meu urmează cursurile unei facultăţi la zi şi, în acelaşi timp, are o slujbă cu normă întreagă. Nu îşi economiseşte banii, pentru că vrea să cumpere toate «prostiile care apar pe piaţă

». Are o maşină bunicică şi nu are nici cea mai vagă intenţie să devină independent, să nu mai locuiască cu părinţii. Eu, pe de altă parte, mă întieţin singur ră de cinci ani, am o maşină mai nouă, o slujbă bună şi câştig cam cât el, însă prietenul meu este total iresponsabil cu banii lui. Îşi doreşte o maşină nou-nouţă, care costă vreo 20.000 de dolari, şi pe care nu şi-o poate permite. Şi nici nu vrea să se separe de părinţii lui. Priorităţile lui de adult sunt toate pe dos, iar asta mă scoate din sărite!”

Pe mine mă scoate din sărite faptul că ea îl mai consideră prietenul ei! în mod evident, nu există niciun incidiu că va fi un tată şi un soţ devotat,

responsabil, demn de încredere sau competent. Probabil că e drăguţ.

Jonglerul de la circ

Sper că până acum este clar pentru toată lumea faptul că un adult matur şi responsabil face alegeri, iar alegerile lui se bazează pe un sistem de valori care îi impune priorităţile – şi accentuez impune.

Ori din curiozitate, ori ca să mă provoace, oamenii mă întreabă adesea cum reuşesc să jonglez cu realizarea unei emisiuni de radio, scrisul cărţilor, conducerea unei fundaţii umanitare, realizarea unor bijuterii pe care le vând la strângerea de fonduri pentru fundaţie şi statutul meu de mamă şi soţie.

Le răspund că, în realitate, este foarte simplu. Sunt atât de multe ore într-o zi şi atât de multe zile într-o săptămână! De la asfinţitul soarelui vinerea şi până la asfinţitul soarelui sâmbăta, ţinem Sabatul – acest lucru înseamnă că nu muncim, ceea ce îmi scurtează săptămâna la şase zile de lucru.

De luni până vineri, fiul nostru pleacă la şcoală la ora şase dimineaţa. Eu trebuie să ajung la radio cam pe la 11, pentru a pregăti emisiunea. Îmi rămân astfel cinci ore pentru a lucra la o carte sau un articol, sau pentru a-mi pregăti emisiunea de televiziune (pentru care, apropo, am negociat să fie difuzată în cursul dimineţii, căci altfel nu va mai exista deloc), sau lucrez la o bijuterie, sau citesc o carte, fac gimnastică, sau orice altceva îmi trece prin minte. Duminica se poate întâmpla să lucrez la o carte până la prânz, când eu şi familia mea facem o plimbare pentru a putea petrece un timp împreună.

În fiecare zi ajung acasă în jur de ora patru după-amiaza. Fiul nostru se întoarce de la liceu (Liceul evreiesc ortodox) la ora şase după-amiaza. În fiecare seară luăm masa împreună, şi tot împreună ne

ocupăm de treburile casei. După ce terminăm treaba, „băieţii (tatăl şi fiul) se uită la un meci.

Am ales să nu lucrez seara – exceptând urgenţele – pentru că seara este timpul pe care îl petrec cu familia mea. Mă ocup de profesie şi celelalte activităţi ale mele printre picăturile de timp care îmi rămân după ce am grijă de familia mea. Călătoresc destul de puţin, iar când totuşi se întâmplă, familia mea mă însoţeşte, dacă fiul nostru este în vacanţă. Dacă nu, tatăl rămâne acasă cu fiul o zi sau două, atunci când sunt nevoită să merg într-un alt stat ca să depun mărturie într-un proces sau ca să vorbesc despre moralitatea în publicitate, în faţa unui consiliu pentru campanii publicitare pe probleme sociale”. Concluzia? Nu jonglez. Atunci când trebuie să menţii toate bilele în aer, ai foarte puţin contact cu oricare dintre ele şi întotdeauna vei scăpa o bilă. Este foarte trist că, de cele mai multe ori, bila pe care o scapi este chiar familia. Este mai uşor să dai la o parte familia decât un şef, deoarece şeful te poate concedia, pe când familia se presupune că trebuie să îţi tolereze comportamentul. Celor mai mulţi dintre dumneavoastră le vine infinit mai uşor să îi dezamăgească pe cei dragi decât să rişte acelaşi lucru la serviciu.

Mulţi ascultători mi-au scris despre această jonglerie stu Pidă: …”, –

„Ştiu din proprie experienţă cât rău poate face familiei dacă profesia, educaţia sau hobby-urile devin priorităţi 1

It M K

absolute. Acum aproximativ zece ani, când eram student şi realizator de emisiuni radio, jonglam destul de prost cu facultatea, slujba şi viaţa de familist. Nu refuzam niciodată op oi t unitate a sa am mai mult

spaţiu de emisie sau să re-pi ezint postul de ladio oriunde era nevoie. În consecinţă, nu mai aveam timp pentru soţie şi copii. Eu dormeam seara, în timp ce soţia mea lucra la al doilea serviciu ca să ajute la înti eţinerea casei, pentru ca eu să îmi pot realiza visul de a fi o «vedetă de radio». Astfel, copiii noştri erau singuri când eu ar fi trebuit să fiu lângă ei.

Adăugaţi la toate acestea o relaţie cu o tânără care lucra şi ea la radio şi veţi înţelege cum am permis ambiţiei şi egoismului meu să îmi distrugă viaţa şi familia.

Din fel icire, legătura cu biserica (deşi slabă) m-a împiedicat să duc dezastrul până la sfârşit. Din momentul în care am început să merg mai des la biserică, am înţeles ce greşeală făceam. Am demisionat din slujbele care mă împiedicau să am grijă aşa cum trebuie de familia mea.

Viaţa noastră a familiei, este mult mai frumoasă astăzi, pentru că am înţeles în sfârşit că familia înseamnă «noi» şi nu «eu». Ei dau sens vieţii mele. Ei mă ajută să fiu cine sunt cu adevărat... soţ şi tată”.

Familia definită ca „noi” împotriva lui „eu” este probabil cel mai important concept al capitolului

„Priorităţi stupide”. Foarte mulţi oameni se căsătoresc şi au copii fără să înţeleagă sau să-şi asume noţiunile de obligaţie şi devotament. Când îţi asumi grija pentru un partener şi creşterea copiilor, renunţi cu graţie la privilegiul de a face ceea ce vrei şi atunci când ai chef. Familia dumneavoastră nu este un obiect neînsufleţit, cum ar fi un pat, la care vă întoarceţi şi unde vă odihniţi după ce v-aţi ocupat de lucrurile cu adevărat importante din viaţa dumneavoastră. Este trist că foarte mulţi oameni îşi tratează astfel familia şi că această atitudine este sprijinită de societate.

Chiar ieri am primit un telefon din partea unui ziar important dintr-un stat al cărui guvernator a fost numit ambasador, permiţându-i astfel guvernatorului adjunct să promoveze în funcţia supremă. Guvernatorul adjunct este o femeie. Nicio problemă până aici. Totuşi, ea este însărcinată în opt luni, urmează să aibă gemeni şi locuieşte la 250 de kilometri de postul unde ar trebui să-şi desfăşoare slujba. Am fost întrebată care este părerea mea în legătura cu această situaţie. Deşi se pare că tatăl ar putea fi părintele care stă acasă cu copiii, este clar că gemenii nu vor avea prea mult de-a face cu mama lor în următorii cine ştie-ciţi ani, cât va fi ea guvernator.

Comentariul meu? Este mult, mult mai bine să ne creştem copiii şi să îi lăsăm pe cei care nu sunt astfel împovăraţi să se ocupe de politică. Trebuie să facem câteva alegeri. Această situaţie este încă un exemplu relevant despre telul în care oportunităţile şi ambiţiile personale au prioritate în faţa acestor copii nou-născuţi, dependenţi şi inoceţi. Şi este încă o dovadă a faptului că familia şi copai sunt mai puţin importanţi decât „eul”, şi o oportunitate în plus pentru ca o mamă puternică, un exemplu de urmat în societate, să demonstreze faptul că aceşti copii nu au cu adevărat nevoie de mamă. Dezgustător!

Următoarea ascultătoare îşi aminteşte cum s-a luptat cu această tendinţă…”.

Sunt mamă şi am trei băieţi minunaţi. Însă atunci cină erau mici, m-am lăsat influenţată de părerile lui Phil Donohue2, de la care aflasem că nu eşti un om împlinit dacă nu ai serviciu. Am decis să îmi continuu studiile şi am obţinut o diplomă de asistentă medicală. Lucram în schimbul de noapte ca să pot fi acasă ziua cu copiii şi curând am ajuns să devin dependentă de tranchilizante, pentru ca nu puteam să dorm. Eram

sleită de puteri. Nu îmi da de am seama că îmi ajutam prea puţin soţul şi copiii, în schimb făceam destul de multe ca să îmi distrug sănătatea, crezând că aveam nevoie să fiu cineva. Mai târziu am înţeles că importante sunt numai pacea pe care ţi-o dă Dumnezeu, dragostea pentru familie şi capacitatea de a te devota celorlalţi, nu o carieră care îţi ocupă 24 de ore din 24.

Dacă aş putea să iau viaţa de la început, chiar cu riscul de a pierde venitul financiar, nu aş mai rata nicio ocazie rfe a mă bucura de fericirea şi încântarea pe care ţi le aduc căsnicia şi maternitatea".

A?? cum a SPUS Adela Rogers St. John, „Nu poţi struni în acelaşi timp caii înhămaţi la două căruţe". Ea se referea la faptul că a ales profesia în detrimentul maternităţii. În cartea Parenting by Proxy (A fi părinte prin intermediul tutorilor) [publicată mai târziu cu titlul Stupid

Things Parents Do to Mess Up Their Kids (Motive stupide care distrug relaţia părinte-copilf] am scris despre o femeie-ge-n de armată care a demisionat pentru că şi-a dat seama că ambiţiile ei îi furaseră atât ei însăşi, cât şi copiilor ei bucuria legăturii dintre mamă şi fiică.

Nu vreau să spun că femeile nu pot sau nu ar trebui să muncească. Eu însămi muncesc. Însă munca nu ar trebui făcută în detrimentul căsniciei, copiilor sau familiei. Este nevoie să ne stabilim priorităţile, să luăm hotărâri şi să le respectăm. Astfel, devine din ce în ce mai uşor să spunem „nu cererilor care ne îmbunătăţesc imaginea oriunde, mai puţin acasă.

După cum probabil aţi observat deja, oamenii care realizează tranziţia de la „eu" la „noi" par să aibă o bază religioasă solidă şi nu cred că este o întâmplare. Consider că, atunci când oamenii

„Ştiu” că sunt parte din ceva dincolo e „” W 5* că există valori divine, trecerea de la „eu” la „noi se face mult mai firesc, pentru că prin „noi”, „eul” îşi găseşte împlinirea.

n concluzie, am primit din partea unei ascultătoare un avertisment adresat tuturor celor care încearcă să „elibere-e femeile şi care cred că le pot avea pe toate – „toate” referindu-se, în primul rând, la profesie:

„Îmi amintesc că o femeie pentru care lucram (o ajutam la menaj) a ţinut un discurs în faţa unor adepţi ai libei taţii femeilor despre cum reuşea ea să îşi facă soţul şi copiii fericiţi. Ei bine, în timp ce ea era la serviciu, copiii se drogau acasă, soţul ei mă fugărea pe mine prin bucătărie, iar câinii îşi făceau nevoile prin toată casa. Apoi, ea se întorcea de la slujbă şi azvârlea un semipreparat în cuptorul cu microunde. De unde le vine acestor femei ideea că le pot face pe toate f”.

Părinţii zeloşi

Din când în când, printre cetele de părinţi prea permi-sivi sau care îşi neglijează copiii, întâlnesc părinţi care îşi exagerează îndatoririle parentale, până la a-şi primejdui sănătatea sau căsnicia. Uneori, motivul este că le vine mai uşor să stabilească o relaţie cu un copil decât cu un adult care are aşteptări, pretenţii şi capacitatea de a critica sau respinge, astfel încât aceşti oameni fac din relaţia părinte-copil prima, ba chiar unica lor prioritate. Cu siguranţă, în acest caz, partenerul este exclus. Este un paradox ei se tem să fie vulnerabili faţă de partener, aşadar, îşi concentrează atenţia pe copil, iar astfel îndepărtează exact persoana pe care se tem să nu o piardă.

Alteori, motivul este un exces de zel. „Am avut nevoie de soţul meu, doi copii şi şapte ani de căsnicie

ca să ajung să înţeleg că am sărit calul cu îndatoririle parentale. În încercarea noastră de a fi părinţii perfecţi, am uitat că tocmai iubirea dintre noi doi a dus la întemeierea acestei familii!

De şase ani sunt mamă şi soţie casnică, astfel încât zilele mele sunt organizate în funcţie de nevoile copiilor şi la fel este şi modul meu de gândire. Dacă soţul meu îmi propunea să ieşim în oraş, mă gândeam că, făcând acest lucru, nu suntem nişte părinţi buni, iar relaţia noastră avea de suferit. Eşti un părinte mai bun dacă le arăţi copiilor că dragostea şi respectul care există între mamă şi tată este liantul cave menţine căsnicia, şi ar trebui să ai grijă de mariaj în acelaşi mod în care te ocupi de copii – din toată inima”.

Este şi mai greu să înţelegi acest adevăr când ai un copil cu nevoi speciale. Un tată care mi-a scris are mai mulţi copii care suferă de o boală rară şi toţi vor muri la vârsta de 16 – 20 de ani.

„Ei bine, doamnă dr. Laura, noi nu o ducem prea bine. Vieţile noastre sunt concentrate în întregime pe supravieţuirea şi calitatea vieţii copiilor noştri. Cred că atunci când ei vor muri, divorţul şi despărţirea vor fi «recompensa» pentru anii noştri de sacrificii şi devotament faţă de copii, în detrimentul a tot ceea ce există în rest. Între noi nu a mai rămas nimic în afară de preocuparea pentru îngrijirea copiilor şi supravieţuirea noastră. De nenumărate ori am încercat să o fac pe soţia mea să investească în relaţia noastră şi de fiecare dată mi s-a spus verde-n faţă că este prea împovărată de viaţă şi nu are nici cea mai mică intenţie sau dorinţă să mai adauge o greutate suplimentară”.

Scenariul este des întâlnit în situaţiile în care există un copil bolnav sau handicapat. Este remarcabil

cum responsabilitatea firească faţă de un copil poate deveni exces de zel din cauza unui sentiment de vinovăţie şi de martirizare. Am fost pusă într-o situaţie foarte delicată din cauza acestei mentalităţi în urma unui telefon pe care l-am primit în timpul emisiunii, de la o mamă al cărui fiu autist suferă de grave tulburări de comportament, devenind foarte violent. Rudele o invitaseră pe ea şi pe soţul ei să vină uneori în vizită fără copil, pentru a se putea bucura de puţină linişte, atât rudele, cât şi cei doi părinţi. Eu am sprijinit această sugestie cu delicateţe.

Dar, Doamne Dumnezeule, din scrisorile şi faxurile primite din partea mamelor cu copii autişti, furioase la culme (care, apropo, nu ascultaseră emisiunea, însă primiseră mesaje electronice de la cei care auziseră discuţia), ai fi putut crede că am propus eutana-sierea tuturor autiştilor! Au considerat că am făcut un mare rău spunându-i acele femei că are dreptul la puţin timp liber şi că mariajul ei merită atenţie. Adevărul este că, atunci când copiii au anumite pioble-me, din vina părinţilor sau nu, părinţii sunt deseori roşi de un sentiment de culpabilitate, pentru că au „dat naştere problemei. Sentimentul greşit de vină îi face să se dezlănţuie împotriva oricăror tentative care reprezintă altceva decât încercarea de a „repara lucrurile sau de a se saenfi-ca pe acel altar. În plus, mulţi oameni capătă un sens al valoni şi identităţii personale prin sacrificiul pe care îl fac, versiunea extremă este Sindromul Münchhausen, când părinţii, de cele mai multe ori mamele, ajung să-şi îmbolnăvească fm sau fiicele de nevoia de a obţine atenţie exagerată şi de a se simţi importanţi.

Un prieten al meu se luptă cu cancerul fiului său în vir-stă de trei ani. La un moment dat şi-a dat seama că el şi soţia lui aveau să-l transforme cu siguranţă pe

micuţ într-un monstru, nepedepsindu-l pentru greşeli din cauza milei pe care o simţeau pentru el. A mai înţeles că s-ar fi autodistrus amândoi dacă nu hotărau să ignore sentimentele de vinovăţie şi dacă nu acordau mai mult timp lor înşişi şi relaţiei. Au făcut cele mai bune schimbări pe care le puteau face, ţinând cont de circumstanţe. Dacă cei doi parteneri sunt puternici, preocupaţi şi îndrăgostiţi unul de celălalt, cu siguranţă va fi un mare ajutor pentru ei.

Mama sau partenerul/partenera?

„Cred că abia acum, fiind căsătorita şi ceva mai în vârstă, îmi dau seama că, la începutul relaţiei cu soţul meu, lăsam totul baltă la cea mai mică vorbă a mamei mele sau dacă primeam un telefon de la tata. Soţul meu avea aceeaşi reacţie cu părinţii lui. Astăzi, suntem amândoi conştienţi că singu Yul mod în ceiyc putem avea o căsnicie ciYmonioasa este să devenim fieca Ye pYiovitatea numărul unu ci celuilalt.

Când doi oameni se căsătoresc, părinţii trebuie să se retragă, iar cuplul trebuie să meargă înainte, îndepărtându-se de părinţi şi mergând pe propriul drum”.

Într-adevăr, aşa este, însă nu vă pot spune câte telefoane primesc din partea ascultătorilor care se plâng că soţiile lor nu vor să se desprindă de mamele lor, nu vor să renunţe să o sune pe „mami” de câteva ori pe zi, nu vor să o împiedice pe „mami” să îşi facă apariţia neinvitată ori de câte ori binevoieşte dumneaei să aibă chef, şi nu vor să renunţe la obiceiul de a-i cere părerea lui mami de fiecare dată când cuplul ia o hotărâre. Cert, acest tip de femei au o personalitate foarte dependentă, iar cei care le aleg caută probabil o pernă comodă, nu o parteneră de viaţă.

Greşeala bărbatului care alege o astfel de femeie

este credinţa lui că ea se va transforma din perna comodă a lui „mami” în perna lui, printr-o simplă ceremonie. Surpriză!

La fel stau lucrurile şi cu „băieţii mamei”. Femeile care aleg astfel de bărbaţi vor un soţ care să sară prin foc şi apă numai când aud vorbindu-se de un fluier, nu mai zic să-i audă şi sunetul. Şi ele cred că bărbatul va lua fluierul de la „mami” şi i-l va da soţioarei. Greşit!

Unele dintre aceste situaţii sunt evidente şi pot fi observate înainte de căsătorie:

„Soţul meu a afirmat întotdeauna că părinţii şi fraţii lui sunt mai importanţi în viaţa lui deck mine. I-am auzit pe părinţii lui spunând «Sângele apă nu se face» de mai multe ori deck pot ţine minte. L-am auzit şi pe tatăl lui spunând: «Noi suntem o familie, oricine altcineva este un străin»”.

Alte situaţii se observă în timp:

„În ultima vreme m-am gândit mult la cât de diferită s-a dovedit a fi viaţa mea faţă de cum o visasem şi mai ales cum o plănuisem. Anul acesta am împlinit SE de ani şi probabil că puteţi da vina pe o criză a vârstei mijlocii pentru stai e a mea de spirit sau pe o altă «gargară»

psihologică. Totuşi, eu cred că nu mi-am stabilit bine priorităţile şi asta încă de la începutul vieţii. Întotdeauna am fost fetiţa cea «cuminte», care nu voia să-şi dezamăgească părinţii. Acum, după atâta timp, îmi dau seama că pur şi simplu nu m-am maturizat niciodată suficient pentru a stabili priorităţile potrivite pentru mine. Vinovăţia poate fi un sentiment teribil, mai ales atunci când este neîndi eptăţită şi total neîntemeiată. Mi-am reluat serviciul acum 12 ani, de dragul părinţilor mei excesiv de zeloşi, conformându-mă mai degrabă dorinţelor şi aşteptărilor lor, deck

nevoilor mele sau ale familiei mele.

Părinţii ne-au dat viaţă, însă nu ar trebui să le îngăduim să ne stabilească priorităţile atunci când devenim adulţi.a

Oamenii adesea nu ştiu să delimiteze datoriile pe care le au faţă de părinţi şi obligaţiile faţă de partener şi copii. Când sună în timpul emisiunii mele de radio, mulţi ascultători mă întreabă despre porunca de a-ţi cinsti tatăl şi mama. Pentru o analiză amănunţită a acestei porunci, citiţi, vă rog, cartea mea The Ten Commandments, The Significance of God's Laws în Everyday Life (Cele zece poruner, Semnificaţia legilor lui Dumnezeu în viaţa cotidiană). A-ţi cinsti părinţii nu înseamnă a-ţi necinsti jurămintele maritale sau obligaţiile în căsnicie. A-ţi cinsti părinţii nu presupune ca ei să facă alegeri în viaţa ta după bunul lor plac. Înseamnă doar că trebuie să îi respecţi şi să ai grijă să nu ducă lipsă de cele necesare traiului, însă nu înseamnă că, pentru a face acest lucru, trebuie să-ţi sacrifici familia.

Daţi-mi voie să vă explic conceptul de bază al unei relaţii fireşti între un părinte şi copilul său adult printr-o poveste pe care am aflat-o de la un preot înţelept. A fost odată un potop mare, iar ploaia nu mai contenea. Păsăroiul-tată a fost prins în furtună cu cei trei puişori ai lui.

Păsăroiul voia să îi ducă pe toţi într-un loc sigur. Neştiind dacă va avea timp să îi ducă pe toţi undeva unde să fie în siguranţă, a luat primul pui care s-a nimerit şi a zburat cu el peste râul umflat şi înspumat. În timp ce zburau, păsăroiul a întrebat: „Puişorule, tu o să ai mereu grijă de mine? Chiar şi atunci când vei avea puişorii tăi?" Puişorul, privind în jos către apa învolburată, a răspuns în grabă: „Sigur, tati, orice vei dori, oricând vei dori, eu voi fi acolo şi voi avea grijă

de tine, nu-ţi face probleme, orice s-ar întâmpla”.

Păsăroiul-tată i-a dat drumul puiului în apă şi s-a întors la cuib să îl ia pe cel de-al doilea pui. A urinat acelaşi dialog, iar cel de-al doilea puişor şi-a găsit şi el sfârşitul în apă.

În timp ce păsăroiul-tată zbura peste apele ifunoase cu ultimul puişor, l-a întrebat şi pe el acelaşi lucru: „Puişorule, tu o să ai mereu grijă de mine? Chiar şi atunci când vei avea puişorii tăi?” Iar puişorul i-a răspuns: „Tati, îţi pot promite doar că voi avea grijă de puişorii mei aşa cum ai avut tu grijă de noi întotdeauna”. Acest ultim puişor a fost cărat în cioc de către tatăl său până la un loc sigur. De ce? Pentru că, atunci când jsărăseşti cuibul părintesc, stă în firea lucrurilor să iei cu tine ceea ce ai învăţat de la părinţi şi să aplici învăţămintele lor în noua ta familie, iar acesta este cel mai bun mod de a-ţi cinsti părinţii.

Să te pliezi după toanele unui părinte slab sau exigent duce la crearea unui mecanism continuu şi are ca rezultat distrugerea directă a psihicului şi a căsniciei tale; este o dovadă de nerespectare a jurămintelor maritale, a angajamentelor luate şi a obligaţiilor faţă de partener. Atunci când există nevoi serioase, cum ar fi în cazul unui părinte grav bolnav sau muribund, trebuie să satisfaci acele nevoi cu onoare şi compasiune, făcând compromisurile necesare.

Niciunul dintre parteneri nu ar trebui să-l împovăreze pe celălalt cu obligaţiile pe care le are faţă de părinţii săi. Din moment ce fiecare partener este obligat să aducă în căsnicie ce are mai bun în el, în cazul în care există probleme clare în ce priveşte ataşamentul exagerat faţă de familia din care provine, este recomandat ajutorul unui specialist în probleme de sănătate mintală.

O poveste a succesului acolo unde nu te-aştepţi întotdeauna sunt uimită să constat că unii parteneri reuşesc în cele din urmă să îşi rezolve problemele, deşi căsniciile lor păreau groaznice. Este impresionant cât de creativi pot fi oamenii şi cât de repede se refac în urma problemelor, atunci când sunt motivaţi.

Următoarea scrisoare demonstrează acest lucru:

„Eu aveam 20 de ani, iar el 26 când am schimbat inelele… şi amândoi eram tineri şi proşti. Eu voiam un vis… el o voia pe mama lui. Viaţa noastră sexuală s-a înrăutăţit rapid, iar noi am dat vina pe priorităţile pe care le aveam. El îşi petrecea tot timpul în faţa computerului, jucând jocuri sau colecţionând poze ale altor femei, în timp ce eu mă uitam la televizor şi îl învinuiam pentru nefericirea mea. Ca să îmi scuz nesiguranţa, eu dădeam vina pe interesul lui pentru alte femei, iar el dădea vina pe haosul din casă pentru lipsa lui de interes sexual.

În cele din urmă, mi-am făcut bagajele şi m-am mutat înapoi la părinţi. După o lună de corespondenţă prin Internet cu soţul meu, m-am întors acasă. De atunci încoace, lucrurile au mers cum nu se poate mai bine! vorbim în fiecare zi… chiar comunicăm. Fiecare îşi face timp pentru celălalt. Facem multe lucruri împreună şi ne place să fim în doi. Interesul lui pentru pornografie a dispărut, şi-a aruncat toată colecţia la gunoi. Acum mă ocup mai mult de casă şi mă străduiesc mai mult să îl bucur, făcând lucruri simple, care iau puţin timp, dar care înseamnă foarte mult pentru el (îi fac prăjituri, îl masez pe spate, mă cuibăresc lapiepul lui pe canapea).

A fost nevoie să ne stabilim priorităţile şi să decidem care dintre ele erau importante şi care erau egoiste şi prosteşti. Îl iubesc şi vreau ca mariajul nostru să meargă… şi, pentru prima dată după trei ani

şi jumătate, a răsărit soarele şi pentru noi”.

Este vorba de priorităţi, blegilor! 1

În original Ad Council, organizaţie care, din 1942, se ocupă cu identificarea unor probleme sociale specifice şi încurajează acţiunile de soluţionare a problemelor prin intermediul mijloacelor de comunicare de masă. (A. trad.) 2

Gazdă a unei emisiuni foarte populare de televiziune, care se adresează „femeilor care gândesc”. (N. trad.)

Fericire stupidă „De am de zile, mama mea încearcă să găsească fericirea. La început a căutat fericirea în tatăl meu.

Apoi într-o sticlă de bere.

Iar apoi a crezut că o poate cumpăra de la magazin. A Jost internată într-o clinică de boli mintale.

Şiy în 5 fârjit» a găsit «pastilele fericirii». Nici până în ziua de astăzi nu a înţeles”.

Un ascultător zi-dimineaţă, după ce am terminat micul dejun am descoperit o reclamă la un articol de îmbrăcăminte e iar pe ultima pagina a ziarului meu de duminică, pe care îi citeam înainte să mă apuc de scrierea acestui capitol. Mă-nechmul o femeie de vârstă mijlocie, cu părul puţin cărunt, 1 cu ochekn, poarta o cămaşă de noapte neagră, lungă până la glezne, peste care are o jachetă de lână roşie, fără nasturi. Zâmbeşte cu o expresie de încântare, iar singura legenda a acestei fotografii, în afară de numele creatorului este: „Exersaţi fericirea”.

L-am chemat imediat pe soţul meu ca să îl consult în Le-rWIT alăturarea remarcabilă a acestui

„Mesaj” şi tema capitolului pe care urma să îl scriu. Am fost fericită datorită acestei coincidenţe, în mare parte pentru că, fiind o evreică credincioasă, nu mai cred în coincidenţe – consi-er că sunt întâmplan

care au un anumit sens, în cazul în care o persoană este deschisă pentru a primi mesajul. Am fost ş, mă. fericită end m-am aşezat la masa de lucru şi am început să scriu, o activitate care mă face fericită prin ea

De ce vă povestesc toate amănuntele acestea? Deoarece mulţi dintre dumneavoastră respingeţi o relaţie absolut mulţumitoare din cauza lipsei de atenţie şi consideraţie faţă de astfel de experienţe aparent fără nicio importanţă, dar care aduc fericire, imaginându-vă că veţi descoperi împlinirea într-un pat străin.

Ştiu acest lucru pentru că tot timpul mi se spun astfel de poveşti în emisiunea mea. În trecut, un bărbat sau o femeie îşi părăseau partenerul din cauza violenţei, alcoolismului, a lipsei de sprijin, a defectelor grave de caracter, a infidelităţilor – pe scurt, probleme serioase. Astăzi, aud atât despre bărbaţi, cât şi despre femei, unele chiar însărcinate, oricare au copii mici sau mai mulţi copii, că pur şi simplu simt că este timpul să treacă la altceva, pentru că nu sunt „fericiţi/fericite”.

Ce înseamnă nefericirea? Şi de ce trebuie să se sfârşească o relaţie din cauza unei idei temporare şi care este, în mare parte, autoindusă?

Oare îşi imaginează cineva că o căsnicie serioasă, pe termen lung, presupune să te îmbete de fericire la nesfârşit, sau că fericirea este o stare pe care nu o poţi simţi subtil, ci numai în forma ei extremă? Cum ar fi, de exemplu, diferenţa între o explozie puternică şi o adiere răcoroasă.

Acea reclamă era grăitoare: „Exersaţi fericirea”. Fericirea este o decizie conştientă, o atitudine pe care hotărâm să o avem, o deschidere spre nuanţe, care ne cere să acţionăm şi să înţelegem. În general, şi ca o

ironie, aceşti oameni care sunt „nefericiţi” dintr-un motiv necunoscut, au un comportament care nu le poate aduce niciun fel de bucurie nici celor din jur, la fel cum oamenii plictisiţi sunt, de obicei, oameni plictisitori.

Îmi amintesc de o zi anume, pe când mergeam la facultate în Manhattan. Eram ursuză şi nefericită din cauza vieţii, în general. În timp ce mă îndreptam spre o intrare la metrou, un negru bătrân care stătea într-un scaun cu rotile şi ţinea o cană în mână mi-a atras atenţia prin ceea ce mi-a spus: „Hei, eşti o domnişorică prea drăguţă ca să fii atât de încruntată. Zâmbeşte! E o zi frumoasă!”

Vai, ce ruşine mi-a fost! Iată un bătrân mutilat, care cerşea câţiva bănuţi de la trecători şi care părea mai fericit decât mine, o tânără sănătoasă, care urma cursurile unei facultăţi renumite şi se îndrepta către obţinerea doctoratului. În cei aproximativ 30 de ani care au trecut de atunci, m-am gândit adesea la această întâmplare. Cu siguranţă, există multe lucruri care te întristează, te dezamăgesc şi te frustrează, însă nu trebuie să le laşi să-ţi distrugă fericirea.

În timpul care îmi rămăsese din ziua aceea, am exersat fericirea – mergând cu un pas vioi, zâmbindu-le oamenilor şi făcându-mi câteva planuri optimiste. Uimitor, m-am simţit fericită.

Una dintre ascultătoarele mele mi-a povestit cum a înţeles că fericirea este mai degrabă o atitudine decât o întâmplare misterioasă:

„M-am căsătorit pentru prima oară la vârsta de 34 de ani, imaginându-mi că extraordinara mea carieră şi încrederea în mine îmi sunt suficiente pentru a face o alegere matură şi lipsită de egocentrism. După ce am născut doi copii, am început să îl urăsc pe soţul meu. Am făcut tot ce mi-a stat în

putinţă ca să dovedesc că lui nu îi pasă de noi şi am început să mă port îngrozitor. Ne certam din orice. Eram sigură că mariajul nostru nu va ţine mult şi am devenit deprimată şi irascibilă (nu îl mai iubeam, îi purtam pică şi îl dispreţuiam).

Nu mai reuşea să mă facă fericită.

Cam pe vremea aceea am început să ascult emisiunea dumneavoastră şi am învăţat că nimeni altcineva nu este responsabil pentru fericirea mea, aşa că «prea puţin contează faptul că nu sunt fericită», am răspunderi şi obligaţii de mamă şi soţie.

Am început să-mi schimb comportamentul faţă de soţul meu şi, încet dar sigur, am început să am altfel de sentimente pentru el şi faţă de căsnicie şi copii. Acum sunt o

«mamă şi soţie devotată» şi o femeie foarte norocoasă pentru că am un soţ care a fost dispus să îndure primii am, cei mai grei, ai mariajului nostru.

Zd femeie care a acceptat şi a înţeles că: 1) sent, mentul de „fericire 1 nu trebuie să fie o prioritate, aşa cum accentuează societatea, făcând din el valoarea suprema şi hotărâtoare a vieţilor şi relaţiilor noastre; 2) îndeplinirea obligaţiilor pe care le avem şi atitudinea noastră pozitiva şi plină de afecţiune ne fac să fim fericiţi cu şi prin no, înşine; 3) când creăm o atmosferă plăcută, în ciuda toane or noastre, realizăm un climat în care ceilalţi înfloresc şi ne răsplătesc cu şi mai multă energie pozitivă; şi, în stnşit, 4 j sentimentele nu au inteligenţă sau conştiinţa, ele nu trebuie venerate mai presus de obligaţii, moralitate şi bun-simţ.

Femeile vorbesc, bărbaţii curăţă zăpada

O ascultătoare a sunat în timpul emisiunii şi mi-a povestit încercările groaznice prin care trecuse în ultimii doi ani: mai multe rude apropiate ale ei şi ale

soţului muriseră iar fiul lor avea leucemie. Mi-a spus că se simţea extenuată, îngrijorată, sleită de puteri şi, în general, foarte deprimată. Cea mai mare nemulţumire în momentul când sunat era faptul că soţul ei nu o mai făcea fericita. „Nu uni oferă alinare**, se plângea ea.

„Cum adică, nu îţi oferă alinare?

Păi nu îmi spune ce simte şi nu mă asculta cinci u spun ce simt eu. Am de gând să divorţez, pentru că nu mai suit deloc fericită în această căsnicie. Nu îmi satisface nevoile. „Ei bine, tu ai nevoie să scapi de stres şi teroare, însă nu se va întâmpla prea curând, nu-i aşa?

„Aşa este, nu se va întâmpla prea curând.

„Şi crezi că, de fapt, tu ai nevoie să scapi de el, pentru că nu te înţelege, nu îi pasă şi nu te face fericita, aşa este.

„Da, cam asta ar fi”. „,.

„Ei bine, nu ai dreptate – soţul tău curăţă zăpada.

„Cum?”

„Soţul tău curăţă zăpada ca să îţi arate că îi pasă, că înte ege şi că vrea să te facă fericită. Aici putem vorbi de două aspecte. În primul rând, ţi se întâmplă lucruri foarte neplăcute şi, pe lângă faptul că îţi provoacă sentimente de vinovăţie, este foarte greu să reuşeşti să fii fericită înconjurata de ama moarte şi boală. În al doilea rând, tu eşti ca un aparat de radio închis; soţul tău transmite «afecţiune» dar tu nu primeşti mesajul”.

— Nu, nu este adevărat. Pur şi simplu nu mă ajută cu nimic. Şi ce vreţi să spuneţi cu curăţatul zăpezii?”

„Când noi, femeile, vrem să oferim cuiva alinare, îi facem o ciocolată caldă şi vorbim încontinuu. Când bărbaţii vor să îşi aline soţia, curăţă zăpada… în mod

simbolic, vreau să spun. Bărbaţii/he ceva pentru a îmbunătăţi situaţia, hi nu se pierd în reveni, ci fac ceva efectiv!

Pun pariu că te poţi gândi la cel puţin trei lucruri care se pot clasa în categoria curăţatului zăpezii, pe care le-a făcut soţul tău în ultimele 24 de ore, încercând să facă lucrurile mai uşoare pentru tine – este felul lui de a încerca să? ofese aLinare-Diseară, când se va întoarce acasă, îmbrăţişează-l, enumera cele trei lucruri pe care le-a făcut pentru tine şi mulţumeşte-i din toată inima pentru alinarea pe care ţi-o oferă. F

În acest moment, am pus capăt convorbirii telefonice rugând-o pe colega mea să noteze numărul de telefon al ascultătoare. ca să o putem suna a doua zi, după „experiment. Ascultătoarea nu a fost deloc receptivă la sugestia mea, ba chiar a fost puţin ostilă. 1

Nu avem pe cine să ne „răzbunăm atunci când viaţa ne oferă suferinţă. De aceea, partenerii duc adesea greul furiei, suferinţei şi sentimentului nostru de neputinţă. Ne imaginăm că ei sunt o oază de siguranţă unde ne putem vărsa frustrările, ne putem răzbuna pe viaţă şi de unde putem extrage impresia de putere. Uneori mergem şi mai departe, crezând că vom scăpa de toate problemele dacă ne vom descotorosi de partener.

Îmi amintesc că am citit odată, la cursurile de terapie de la Universitatea din California de Sud, un studiu care afirma că cei mai mulţi oameni care divorţează ajung să regrete, pentru că îşi dau seama de faptul că decizia luată nu este remediul universal la care speraseră. Ascultătorii care au procedat astfel, numai pentru a se trezi prinşi în aceeaşi situaţie însă cu alţi oameni, sunt cei care au înţeles prea târziu că

principala problemă era faptul căci rămâneau aceiaşi, în orice situaţie.

Fericiţi până la adânci bătrâneţi

Ţinând cont de faptul că doar foarte puţini oameni aplică în viaţă conceptul de exersare a fericirii, ar fi naiv din partea noastră să ne imaginăm că o căsnicie va fi un izvoi nesecat de fericire numai prin ea însăşi. Una dintre cele mai recente întrebări de pe site-ul meu (www.driau-ra.com) era:

„V-aţi căsătorit din motive greşite?" Am primit un răspuns care rezumă problema esenţială a multor oameni:

„Nu ştiu ce vreţi să spuneţi când vă referiţi la «motive greşite», însă, după zece ani de căsătorie, îmi dau seama cât am fost de naivă. Am crezut (atunci) că mariajul va însemna «fericiţi până la adânci bătrâneţi». Desigur, amândoi ne-am străduit, însă problemele cu maşina, accidentele minore, tensiunile financiare, faptul că locuim departe de familiile noastre şi o sarcină pe care am pierdut-o în primul an, toate acestea m-au făcut să înţeleg că mariajul nu te apără de viaţă, aşa cum îmi închipuisem eu.

După tot timpul care a trecut şi având acum doi copii (unul de 6, celălalt de 1 an), mă bucur că eu şi soţul meu suntem cei mai buni prieteni. Încă ne mai luptăm cu problemele financiare, dar pentru că eu am renunţat la serviciu şi ne-am întors în oraşul natal, lucrurile stau mult mai bine acum.

Astăzi considerăm că mariajul este ca o echipă sportivă, în care fiecare jucător încearcă să dea 100%, nu 50% unul şi 50 celălalt. Astfel, dacă unul dintre parteneri nu poate da totul, celălalt va compensa cu vârf şi îndesat. Una peste alta, căsnicia nu a fost nimic din ceea ce mă aşteptam, dar este mai mult deck aş fi putut să sper".

Nu-i aşa că ultimul comentariu este emoţionant? Filosofia ei este remarcabilă: puteţi avea o viaţă extraordinară, plină de reuşite şi fericită în căsnicie, în ciuda aşteptărilor, pretenţiilor şi egoismului (care este o trăsătură firească ce trebuie depăşită). Cea de-a zecea poruncă divină conţine soluţia pentru a vă bucura de roadele unei astfel de gândiri: nu lâvniţi. Este un concept simplu: dacă alegeţi să recunoaşteţi valoarea şi să simţiţi recunoştinţă pentru ceea ce aveţi, nu veţi fi ros de invidie şi dezamăgire. În schimb, veţi ajunge să înţelegeţi că ceea ce aveţi este diferit de ceea ce au alţii, însă nu este nici mai puţin important ori special, nici nu merită mai puţin respect şi bucurie.

Când oamenii se îndrăgostesc

În vremurile mai inocente ale culturii noastre, noţiunea de „a te îndrăgosti” era principalul criteriu de selecţie a partenerului. Această primă fază a iubirii înseamnă entuziasm şi proiectarea propriilor fantezii asupra celuilalt, chiar înainte de a şti cine este şi ce intenţii are. Cu toate acestea, se credea că accentuarea trăirilor emoţionale şi sexuale despre care vorbim era un motiv suficient pentru ca oamenii să se căsătorească. Datorită noţiunii de devotament pe care o susţinea societatea, probabil că această teorie a dat rezultate de foarte multe ori, chiar şi dacă luăm în calcul dezamăgirea previzibilă care apare atunci când ţi se ia ceaţa de pe ochi (şi de pe bunul-simţ). Devotamentul este podul construit deasupra multor ape învolburate; le oferă oamenilor baza pe care pot construi o relaţie adevărată.

În vremurile noastre, mai puţin inocente, îndrăgostirea nu mai este necesară pentru intimitatea fizică (pentru unu, este de ajuns să fii prin zonă) şi nicio condiţie rezonabilă ca să convieţuieşti cu cineva

sau ca să ai copii în afara căsătoriei. Desigur, în condiţiile de astăzi, când devotamentul este denigrat, odată ce dispare îndrăgostirea (fericirea sintetică), dispar şi oamenii, unii din viaţa altora.

O altă ascultătoare mi-a povestit despre starea ei de îndrăgostită şi ce are de gând să-i spună fiicei ei într-o bună zi:

„Mass-media reuşeşte să descrie căsătoria ca fiind o instituţie «fără minte», ceva în care intri numai dacă sunt îndeplinite anumite clişee (de exemplu, dacă ţi se taie genunchii, dacă ai fluturaşi în stomac sau dacă eşti obsedat de celălalt).

Când m-am căsătorit cu soţul meu (acum şase am), nu am simţit nimic din toate acestea. Nu eram agitată gândindu-mă la iminenta noapte a nunţii, nu îmi zburau fluturaşi prin stomac şi nici nu eram obsedată de el. În schimb, eram recunoscătoare pentru binecuvântarea pe care mi-o dădea

Dumnezeu şi pentru ocazia pe care o aveam să închei un legământ cu bărbatul despre care ştiam că îmi va fi partener întreaga viaţă.

Sentimentele mele pentru cel cu care eram logodită erau mai mult deck simplă iubire. Ştiam că va fi un bun soţ şi tată, că îşi va întreţine familia şi îi va garanta siguranţa îi respectam modul de gândire, îi admiram realizările şi îi înţelegeam motivaţiile.

Când va veni ziua în care fiica mea va vrea să se căsătorească cu cel pe care crede că îl iubeşte, îi voi spune următorul lucru: căsătoria este începutul iubirii pentru soţ, nu rezultatul ei”.

Când vorbesc cu oameni care se confruntă cu situaţii de abuz sau imoralitate, îi întreb cum au ajuns aici. Inevitabil, primesc răspunsul: „Pentru că îl/o iubesc”. La acest răspuns previzibil, îi provoc cu următoarele fraze: „Nu, nu îl/o iubeşti. Dragostea

înseamnă admiraţie, respect şi apreciere. Simţi vreunul dintre aceste sentimente pentru el/ea?”

„Nu”.

„Atunci înseamnă că nu îl/o iubeşti. Este un caz trist de dependenţă, frică de viaţă şi de autonomie. Foloseşti greşit termenul de iubire pentru a descrie un ataşament şi nişte nevoi nesănătoase”.

„Ştiu.

„Mda… vine următorul răspuns previzibil, dar…”

Dacă sunteţi în căutarea adevăratei fericiri alături de o persoană, trebuie să fiţi întâi rezonabil de matur, sănătos psihic şi capabil să vă confruntaţi cu adevărul şi realitatea, înţelegerea acestor lucruri mă impulsionează să îi rog pe preoţi să nu oficieze nicio căsătorie dacă cei doi nu au beneficiat înainte de evaluare şi consiliere premaritale. Este în joc soarta prea multor copii, pentru a nu mai vorbi de o instabilitate crescândă a societăţii din cauza numeroaselor divorţuri.

În timpul consilierii premaritale, oamenii trebuie să se confrunte cu diferenţele dintre ei, pentru a hotărî dacă sunt compatibili şi dacă au capacitatea de a se împăca cu aceste deosebiri; vor depăşi astfel stadiul de entuziasm specific îndrăgostirii şi vor deveni mai pragmatici în ce priveşte calităţile cu adevărat valoroase pentru un viitor partener de viaţă şi părinte. Aş fi multimilionară dacă aş fi primit proverbialul bănuţ pentru fiecare ascultător care m-a sunat să mi se plângă de partener, şi care ştia dinainte de un anumit defect de caracter sau de comportament al acestuia, însă a spus: „Mda, ştiu, însă am crezut că o să se schimbe”. Să exersezi fericirea înseamnă şi asumarea responsabilităţii pentru alegerile despre care ai ştiut că nu sunt înţelepte sau sănătoase.

Sunt fericit (a) dacă mă placi

Fericirea femeilor, mai mult decât fericirea bărbaţilor (probabil din cauza diferenţelor biopsihologice intrinseci), depinde de cât de mult şi dacă sunt dorite de sexul opus, ceea ce nu reprezintă o problemă în sine, este doar o extensie firească a nevoii umane de a stabili o relaţie şi a-şi găsi un partener. O problemă este însă modul nediferenţiat în care foarte multe femei îşi manifestă această dorinţă şi asocierile superficiale pe care le fac prea adesea între actul sexual şi adevărata intimitate sau iubire.

„Am 48 de ani, sunt divorţată (de şase ani) şi am o fiică de 14 ani", scria o ascultătoare. „Am aezut că pentru a păşi fericirea, imediat după divorţ, primul lucru pe care trebuia sau fac era «SA GĂSESC UN ALT BĂRBAT». Este ciudat faptul că femeile caută ceva atât de iluzoriu precum fericirea, cele mai multe dintre ele o bună bucată din viaţă, iar fericirea este de obicei chiar sub nasul lor. Boala incurabilă a mamei mele mi-a oferit o perspectivă cu totul noua asupra scopului meu pe acest pământ; trebuia să rea-Uzez cât de minunate erau viaţa mea, sănătatea de care ma bucuram, copilul meu sănătos şi fericit, faptul că eram capabilă să muncesc, şi aşa mai departe. Deodată, am înţeles că niciun bărbat şi nimic pe lume nu puteau să îmi ofere fericire dacă eu nu învăţam să apreciez minunatele oportunităţi şi experienţe ale vieţii".

Nu înseamnă că un soţ sau o soţie nu ne pot face fericiţi bineînţeles că un partener drăguţ, amuzant, iubitor, interesant şi credincios, cu care avem valori, idealuri şi te luri comune, este o sursă de fericire. Numai că nimeni şi nimic nu vor reuşi să ne facă fericiţi dacă nu învăţăm arta de a aprecia şi a fi recunoscători pentru ceea ce avem, pen-mi ceea ce el sau ea au de oferit, pentru ocazia de a dărui şi pentru viaţă însăşi.

Acest ultim concept, al ocaziei de a dărui, este foarte important, poate unul dintre cele mai importante concepte legate de fericirea în viaţă şi în cadrul unei relaţii. Conduc o fundaţie umanitară – Fundaţia dr. Laura Schlessin-ger pentru copiii molestaţi sau neglijaţi. Oameni din toată ţara confecţionează pături şi hăinuţe, oferă jucării, cărţi, articole de toaletă, bijuterii etc., pentru a umple sacii de „LUCRURI" care sunt donaţi cu miile copiilor salvaţi din casele unde erau molestaţi şi care nu au nimic în afară de tricourile de pe ei. Evident, primirea unui astfel de sac înseamnă totul pentru un copil care nu are nimic, nici măcar speranţă.

— Nicl nu vă Pot spune în cuvinte cât este de emoţionant să primesc o scrisoare din partea unor oameni care îşi sacrifică mult din timpul, banii şi energia lor ca să contribuie la acest proiect, şi care ÎMI MULŢUMESC MIE pentru ocazia de a dărui.

Suntem fericiţi atunci când dăruim. Este păcat că, de cele mai multe ori, credem că soluţia fericirii este să obţinem lucrurile pe care le dorim. Să dăruieşti şi să fii generos cu un partener stresat, de exemplu, este un remediu mult mai bun decât să provoci certuri şi să ai pretenţii.

Îmi amintesc că m-a sunat un bărbat să-mi spună că nu mai era fericit în căsnicie, deoarece soţia lui era mereu morocănoasă când se întorcea de la serviciu. Se gândea să aibă o discuţie cu ea şi/sau să divorţeze. I-am sugerat să monteze un dispozitiv de micşorare a luminilor din baie, să umple camera cu luminări, să pregătească o baie fierbinte, cu multă spumă şi o sticlă de vin cu care să o aştepte pe soţia lui chiar a doua zi. M-a crezut nebună, dar mi-a urmat sfatul. Ea a fost uluită, şocată şi puţin stânjenită, dar foarte recunoscătoare după baie. Acest simplu gest de

dăruire a schimbat complet dispoziţia soţiei şi starea ei de spirit, şi astfel au fost din nou fericiţi. Dăruiţi şi dumneavoastră! încercaţi!

În schimb, prea mulţi oameni, în special tinerii care se confruntă cu probleme de identitate şi criză existenţială, se lasă prinşi în escapade amoroase sau în consumul de droguri, încercând cu disperare să se simtă fericiţi. Una dinţi e ascultătoarele mele a trecut prin acest iad şi a supravieţuit, reuşind să scape de coşmar:

„Credeam ca fericirea mea depinde de un bărbat care să mă iubească şi care să creadă că sunt deosebită... Nu mi-am dat seama că fericirea apare dacă urmezi destinul pe care Dumnezeu ţi l-a hărăzit. Astăzi sunt foarte norocoasă şi mă simt binecuvântata, pentru că ştiu, înţeleg şi trăiesc fericirea. Regret că nu mi-am ascultat părinţii în adolescenţă – m-ar fi scutit de am întregi de ură, agome şi singurătate, ca să nu mai vorbesc de primejduirea sănătăţii.

Calvarul meu a început pentru că doream şi aveam nevoie să fiu iubită şi să mă simt deosebită, şi am crezut că dacă îmi voi dărui corpul unui bărbat, el mă va iubi şi astfel voi fi fericită. Mă aruncam cu capul înainte şi cu inima deschisă în relaţii noi, mizând totul (inima, sufletul, mintea şi trupul) pe acel bărbat. Mă convingeam singură că îl iubesc din toată inima, când, de fapt, nu îmi păsa prea tare de persoana lui. Eram doar dezorientată şi mă simţeam

În această epocă de libertinism exacerbat, când exploatarea sexuală apare la televizor chiar la orele de maxima audienţă, este foarte trist că noţiunile de modestie, legământ, păcat şi ruşine au fost minimalizate, făcând din escapadele sexuale şi romantice un mijloc fals, însă accesibi, de a atinge un anume ţel: fericirea.

Nu cred că există cineva care nu a luptat cu temeri, slăbiciuni, spiritualitate, alegeri imature, experimente pros teşti, şi altele asemenea. Sincer vorbind, cu cât familia, re cheia şi societatea aduc mai multă siguranţă în vieţile

Im

noastre, cu atât suntem mai apăraţi de partea noastră slabă în perioadele de criză.

Depăşirea slăbiciunilor

Mulţi dintre dumneavoastră aţi intrat şi aţi rămas în relaţii despre care ştiaţi de la bun început că nu vor merge. Ceva din interior v-a spus că bărbatul respectiv sau femeia respectivă, deşi avea câteva calităţi deosebite, era o persoană pe care ar fi fost mai bine să o evitaţi.

— Ce rămas cu el/ea? Simplu. Voiaţi să fiţi fericiţi. Părea o ocazie bună, iar persoana era disponibilă. Aţi sperat că relaţia va merge, pentru că astfel aţi fi fost fericit. Şi, între momentele neplăcute, chiar credeţi că sunteţi fericiţi.

Mi se pare uluitor faptul că oamenii sunt dispuşi să facă eforturi extraordinare alături de persoana nepotrivită pentru a fi fericiţi, în timp ce sunt atât de dispuşi să se descotorosească de persoana potrivită în momentele grele De ce în primul caz oamenii luptă când ar trebui să renunţe, iar în al doilea caz renunţă când ar trebui să lupte?

Cred că răspunsul este paradoxal. În ambele cazuri, oamenii spun că îşi doresc intimitate şi fericire. Însă în ambele situaţii ei evită apropierea adevărată. În primul scenariu, încercarea de a trece o minge rotundă printr-o gaură pătrată este în cele din urmă sortită eşecului. A face să meargă o alegere greşită nu funcţionează. Bineînţeles că nu există fericire, dar nici orgoliul nu este ameninţat. Cu alte

cuvinte, celălalt este motivul pentru care nu sunteţi cu adevărat „apropiat”.

Sunteţi astfel scutit şi liniştit în ce priveşte responsabilitatea asumării răspunderii şi dezvoltării personale. Să luptaţi pentru a face lucrurile să meargă alături de o persoană care nu este psihologic dispusă către intimitate este o luptă nobilă, care vă conferă superioritate şi vă oferă un pretext pentru problemele dumneavoastră.

În cea de-a doua situaţie, părăsirea partenerului potri«vit pentru a porni în căutarea „fericirii”, în loc să luptaţi la fel de încrâncenat ca în primul caz, este tot un mod de a vă apăra orgoliul: sunteţi nefericit din cauza partenerului. Dacă aţi rămâne lângă partener şi v-aţi strădui mai mult, ar trebui să vă confruntaţi cu faptul că dumneavoastră înşivă contribuiţi la propria nefericire şi suferinţă, fie prin comportament, fie prin atitudine, fie prin ambele. Este un adevăr mult prea stânjenitor, aşa că, la revedere.

Niciuna dintre soluţii nu implică să vă schimbaţi (a se citi: să evoluaţi, să vă maturizaţi, să deveniţi mai sănătoşi). Nefericirea care rezultă în cele din urmă este sacrificiul pe care îl faceţi ca să vă păstraţi „eul” rahitic.

„Din cauză că mă simţeam singură”, scrie o ascultătoare, „m-am complăcut într-o relaţie mai bine de un an, până ce mama mea mi-a deschis ochii. Mi-a spus că nu era atât de rău să nu ai un prieten. Aşa că am rupt relaţia cu el. Şi, aşa cum spunea odată un preot, «Nu îl căuta pe cel bun, FII TU ÎNSUŢI cel bun». Acum mă străduiesc să devin o persoană mai bună”.

Aşa este. Le-am spus multor ascultători că perechea pe care şi-o aleg este o reflectare a lor. Cu alte cuvinte, cu cât te plângi mai mult de partener, cu

atât mai mult îţi exprimi propriile slăbiciuni. De exemplu, dacă eşti nefericit din cauză că partenerul este „autoritar” (o alegere favorită a femeilor care vor să fie salvate şi a bărbaţilor care nu au puterea să se confrunte cu părinţii lor autoritari) înseamnă că ai renunţat la fericire (un echilibru al muncii în echipă) pentru a-ţi ascunde slăbiciunile.

„«Fericirea stupidă» este grija exagerată faţă de prietenul meu. Sunt o persoană care crede că partenerii trebuie să aibă grijă unul de celălalt. Am mizat totul pe această i e-laţie, inclusiv copiii şi bărbatul vieţii mele, pentru că atâta timp cât el era fericit, şi eu eram fericită. În cele din urmă, mi-am dat seama că nu eram fericită. Mi-am învăţat lecyţia: dacă el este incapabil să aibă grijă de el însuşi, nu va putea să aibă grijă de mine”.

În Loc să îşi găsească un bărbat drăguţ, dispus să aibă grijă de ea, ea îşi imaginează, dintr-un motiv oarecare, că nu este demnă de un astfel de bărbat. Aşadar, are grijă de un bărbat egoist şi speră că el va înţelege în final mesajul. Însă cei care ştiu doar să ia într-o relaţie nici nu oferă, nici nu împart. Ascultătoarea mea şi-a dat seama, cu siguranţă, că acest tip de seducţie nu reuşeşte să schimbe un om, iar ei nu-i oferea ceea ce avem cu toţii nevoie ca să fim fericiţi: un om iubitor, atent şi generos.

Unii oameni tolerează cele mai groaznice comportamente, crezând că fericirea nu este făcută pentru ei.

— Timp de şapte ani am fost căsătorită cu un bărbat care avea o obsesie pentru pornografie. Nu ştiu cât de departe au mers lucrurile, pentru că era un mincinos patologic. Deşi intimitatea dintre noi dispăruse complet şi ştiam, în sufletul meu, că avea un comportament anormal, credeam că este vina mea. Că

nu eram destul de atrăgătoare, de slabă, de sexy… l-am permis să îmi influenţeze respectul pentru mine însămi”.

I-am explicat unei femei care făcuse o alegere greşită a partenerului şi care apelase la ajutorul meu în calitate de terapeut, că unii oameni se complac într-o relaţie pentru firimiturile de prăjitură ascunse în mormanul de bălegar.

„Era posesiv şi autoritar. Mă făcea să îmi fie milă de el. Cu trecerea timpului, a început să bea exagerat de mult, iar uneori mă amenința sau devenea violent. Mie îmi era puţin teamă de el, însă bineînţeles că după ce se trezea îi părea rău şi dădea vina pe alcool. Aşa că am acceptat în continuare situaţia. Ştiu că este o prostie, pentru că sunt într-adevăr nefericită. De ce mai stau cu el?”

Alţi oameni realizează cu mai multă claritate ce îi face să accepte „fericirea stupidă”:

„Am divorţat de două ori şi mă simţeam «grasă, urâtă şi bătrână». Aşadar, am crezut că voi avea o părere mai bună despre mine dacă voi ieşi cu mulţi bărbaţi, apoi şi cu bărbaţi mai tineri.

Credeam că numărul mare de bărbaţi care mă «doreau» era o dovadă a atractivităţii mele. Ba chiar am crezut că mă simţeam bine. Credeam că eram fericită cu viaţa pe care o aveam şi că îmi voi depăşi eşecurile.

Însă nu făceam decât să mă degradez şi să nu mărespect. Nu eram cu adevărat fericită. Credeam că mă «simt» bine, dar de fapt mă simţeam mizerabil, pentru că nu făceam bine deloc”.

Dacă abuzaţi de dumneavoastră şi nu vă respectaţi, permiţându-le şi altora să abuzeze şi să se poarte nerespectuos cu dumneavoastră, dacă nu vă ghidaţi după valori profunde, s-ar putea să obţineţi

câteva momente de distracţie, poate chiar câteva clipe de satisfacţie, însă nu veţi fi fericiţi într-un sens mai profund şi pe o perioadă mai lungă de timp.

Trăieşte clipa!

Este destul de rău să cauţi fericirea în tot felul de paturi şi relaţii nepotrivite; dar să încerci să ai o viaţă fericită fără să te gândeşti la consecinţele acţiunilor tale este de-a dieptul distructiv.

„Fericirea stupidă" este, parţial, talentul de a încerca să creezi bucurie instantanee din acţiunile care, în mod normal, creează bucurie pe termen lung în viaţa multor oameni (iubirea, sexul, căsnicia, copiii), însă fără maturitatea necesară şi fără să te gândeşti prea mult cu cine, când, de ce şi unde ar trebui să aibă loc aceste acţiuni.

Oare ce motivează o astfel de grabă? Fot slăbiciunile şi temerile noastre. Relaţiile noastre nu au nicio speranţă de viitor dacă se bazează pe slăbiciuni. Oricât ar suna de incredibil, adevărul este că societatea noastră cultivă o slăbiciune care sabotează speranţele nostre pentru relaţii de calitate. Cum aşa? Prin lipsa de încredere în căsătoriile serioase, religioase. Iată ce i s-a întâmplat unei ascultătoare

„Când mă uit în urmă la viaţa mea, îmi dau seama că am trăit pentru moment, fără să mă preocupe viitorul. Mai cred, de asemenea, că am fost incapabilă să apreciez relaţia cu soţul meu, cu atât mai puţin viaţa noastră sexuală. Societatea nu ne mai învaţă să respectăm astfel de lucruri.

w ddt tatăl, cât şi mama mea se află la cea de-a treia căsătorie şi amândoi au convieţuit cu partenerii înainte de căsătorie".

Această ascultătoare a urmat o vreme exemplul părinţilor, cu acceptul şi încurajarea tacite ale unei societăţi care a ajuns să se mândrească cu toleranţa

faţă de vulgaritate. Din fericire, ea şi-a dat seama că acţiunile ei duceau la o stare de „fericire stupidă”. S-a căsătorit cu un om minunatalături de care duce o viaţă pioasă, şi vor sărbători în curând cea de-a douăsprezecea aniversare a căsătoriei.

„Soţul meu şi cu mine A M ÎN VĂ ŢA T să respectăm căsnicia”, îşi încheie ea scrisoarea. Astfel de lecţii se învaţă greu într-o societate care valorizează individualismul exacerbat şi care consideră mariajul o formă de oprimare.

Indulgenţa societăţii cu privire la comportamentele sexuale în general a făcut ca desprinderea de

„Fericirea stupidă să fie şi mai dificilă, pentru că această toleranţă permite şi încurajează manifestarea celor mai primare instincte şi impulsuri.

— Am crezut că acest stil de viaţă (dansatoare profesionistă) era o bună modalitate să câştig bani şi să am un program care nu se intersecta cu şcoala. Eram plătită ca să mă distrez şi, la început, cele mai multe droguri erau gratuite. În perioada de început nu prea am folosit droguri, dar cu timpul a început să fie un obicei care mergea mână în mână cu slujba, până ce a devenit parte din viaţa mea.

Am reuşit să păstrez un oarecare echilibru în primii doi am, apoi viaţa mea s-a degradat treptat, coborând pe o spirală a drogurilor, consumului de alcool, promiscuităţii sexuale şi legăturilor pe care le aveam cu tot felul de oameni degeneraţi şi rataţi. Odată ce eşti prins în această lume, îţi este aproape imposibil să mai ieşi, dacă nu te salvează mâna lui Dumnezeu. Câştigi prea mulţi bani pentru a renunţa, iar obiceiurile pe care le capeţi sunt de aşa natură încât îţi este imposibil să te întorci la o viaţă normală. La început, totul pare distractiv, inofensiv şi

strălucitor”.

Poate că această poveste vi se pare exagerată, dar am fost uimită să constat câţi oameni cad în acest „cerc vicios al distracţiei”, într-o formă sau alta, se căsătoresc, au copii şi îşi dau scama la un moment dat că partenerul loi nu ia viaţa în serios. Şi aceasta se întâmplă pentru că mulţi oameni confundă „fericirea” cu „distracţia, ca şi cum ar fi acelaşi lucru, sau ca şi cum distracţia te poate face fericit. Ceea ce ne face fericiţi nu este nici imoral, nici ilegal, şi nu ne duce în locuri sau lângă oameni de care ne va fi, în cele din urmă, ruşine. Activităţile care ne fac fericiţi sunt cele pe care am vrea să le transmitem copiilor şi să le arătăm prietenilor. Distracţia poate intra în această categorie, însă nu neapărat şi nu întotdeauna.

Graba cu care vindecăm dezamăgirile

Uneori oamenii renunţă la relaţii complet satisfăcătoare pentru că vor să scape de o suferinţă gravă. Cele mai frecvente şi mai triste situaţii în care partenerii se pierd unul pe celălalt apar în urma pierderii unui copil. O ascultătoare mi-a povestit cum ea şi soţul ei au pierdut un copil la naştere din cauza unor complicaţii, iar apoi au aflat că erau incompatibili din punct de vedere medical şi nu puteau avea niciodată copii.

„În loc să mă gândesc la alternativele care ni se ofereau, cum ar fi adopţia, am decis să îmi arunc căsnicia la coşul de gunoi. Şase luni mai târziu, am cunoscut un alt bărbat şi astăzi am cel mai minunat băieţel din lume, însă nu sunt fericită, pentru că aş vrea să împart această bucurie cu bărbatul pe care îl iubesc (fostul meu soţ)”.

O altă ascultătoare a avut o relaţie extraconjugală când a simţit că soţul ei o neglija. Ea recunoaşte că nu a avut nicio discuţie cu soţul ei.

— Trăiam într-o lume de negare absolută, eram o soţie decorativă, aveam o casă mare, maşini noi, cadouri făcute din sentimentul de vinovăţie, trăind în tot acest timp cu un bărbat urât şi rău. În cele din urmă, am început să caut pe cineva care să fie drăguţ cu mine. Am avut o relaţie extraconjugală cam un an şi jumătate, până ce mi-am dat seama că nu mai eram iubirea acelui bărbat, ci doar o partidă bună de sex. Viaţa mea era atât de dezastruoasă încât eram în stare să mă agăţ şi de un pai. Ceea ce am înţeles este faptul că, atunci când suferi atât de cumplit de pe urma unei catastrofe, nu este înţelept să te arunci într-un alt dezastru, sperând că îl vei repara pe primul. Fericirea pe care o obţii nu durează mult”.

Un alt ascultător care era nefericit în căsnicie îşi dă seama acum, privind înapoi, că a fost prost şi egoist. A avut o relaţie cu o femeie căsătorită, al cărui soţ l-a bătut zdravăn.

„Nasul şi maxilarul spart, precum şi numeroasele vână-tăi nu m-au trezit la realitate. Am continuat să mă întâlnesc cu ea până după finalizarea divorţului. Dar tot nu eram fericit şi mă întâlneam şi cu alte femei, consumând alcool, mergând la petreceri şi neglijându-mi copiii.

Ca să nu mai lungesc povestea, consecinţele căutării fericiru în cazul meu sunt următoarele: două boli venerice (una incurabilă, dar nu mortală), copiii mei sunt crescuţi de un singur părinte, fiul meu cel mare a devenit tată la 15 ani din cauza influenţei mele, fiica mea a avut probleme cu consumul de droguri, iar fiul cel mic a avut probleme cu poliţia.

Datorită emisiunii dumneavoastră am început să merg la biserică şi am renăscut. Acum am custodia copiilor mei şi nu am mai avut o relaţie amoroasă de trei ani, pentru că nu am timp – copiii mei au nevoie

de mine”.

„Dăruindu-se” copiilor lui, acest bărbat este acum fericit; încercarea de a obţine fericirea prin sex a eşuat. Sunteţi surprinşi?

Sex = Plăcere Iubire = Fericire

Cum se face că primesc telefoane de la femei şi bărbaţi care mă întreabă dacă sunt anormali pentru că sunt virgini? îmi spun că oamenii din jurul lor îşi bat joc de ei, iar cei cu care ies în oraş le spun că nici ei, nici alţii nu vor fi interesaţi pe termen lung de persoana lor, dacă sexul nu face parte din întâlnirile lor. Cei care îmi telefonează sunt îngrijoraţi şi se întreabă dacă nu cumva este ceva ce ei nu înţeleg sau dacă nu fac prea mare caz de ceva atât de „natural.

O ascultătoare mi-a povestit că a renunţat la virginitate la vârsta de 19 ani, pentru că a considerat că era timpul. A fost o aventură de o noapte, ca şi aventura mamei ei din care rezultase ea. Mi-a scris că i-ar fi plăcut să îşi îmbrăţişeze soţul în noaptea nunţii, vreo şapte ani mai târziu, ştiind că el va fi primul ei bărbat.

„Sexul NU înseamnă dragoste, indiferent de ce ar spune ceilalţi. «Dacă m-ai iubi, ai accepta…»

— Să fim serioşi! Dacă TU m-ai iubi, ai accepta… să aştepţi. Este minunat să te simţi iubit, dar este groaznic să te simţi folosit şi aruncat ca o cârpă murdară…”

Prea adesea renunţăm la moralitate şi bun-simţ, deoarece credem că atracţia, distracţia de moment (plăcerea) vor echivala cu fericirea. Ar putea fi aşa, însă este un pariu riscant.

Un tânăr mi-a împărtăşit experienţele lui sexuale din adolescenţă. Mi-a povestit cum a început o relaţie bazată pe interese comune. Apoi, treptat, relaţia a avut tot mai puţin de-a face cu iubirea, afecţiunea sau

tandreţea, concentrându-se tot mai mult pe cele câteva minute când rămâncau singuri şi pe care le foloseau pentru jocuri sexuale.

„Cu timpul, am uitat de ce mă îndrăgostisem de ea. Nu m-a mai interesat să am grijă de ea, voiam doar ceea ce îmi oferea mie plăcere.

Am fost orbit de ceea ce crezusem că vreau. Există două aspecte legate de relaţiile adolescenţilor. Primul: este periculos să dai curs oricărui fel de impuls fizic în afara legământului căsătoriei. Te simţi bine pe moment, dar în cele din urmă îţi va provoca mai multă suferinţă deck plăcere. Al doilea: sper că adolescenţii îşi vor amâna relaţiile până când vor fi mai mari. Dacă avem relaţii atunci când ne este imposibil să ne căsătorim, relaţia este superficială şi lipsită de sens. În plus, va exista suferinţa inevitabilă provocată de destrămarea relaţiei”.

Am inclus scrisoarea în exemplele mele, deşi se referă la minori, pentru că ea conţine o mentalitate sănătoasă pentru toate vârstele. Sexualizarea unei relaţii înainte de vreme (căsătorie) şi intimitatea fără finalitate (căsătorie) nu aduc fericirea – chiar dacă plăcerea momentană este seducătoare.

Un bărbat m-a sunat ca să mă întrebe dacă ar trebui să îi ofere prietenei lui „o a doua şansă”. Se pare că de curând, în timpul unei „perioade de criză” a relaţiei lor, ea a avut relaţii sexuale cu aproximativ cinci bărbaţi. Acum însă îi spune prietenului că îi pare rău, iar el îmi spune că ea chiar regretă.

„Poţi să o ierţi, apoi să o părăseşti”.

„De ce să o părăsesc? Dacă regretă, nu este suficient?”

„Este suficient pentru a-i spune «te iert», indiferent despre ce ar fi vorba. Dar când cineva are un comportament care demonstrează impulsivitate,

superficialitate, imoralitate şi lipsă de judecată, ar trebui să consideri că acea persoană are mari şanse să eşueze în postura de mamă şi soţie.

După părerea mea, ea ţi-a comunicat încă înainte de căsătorie că, atunci când lucrurile se vor complica între voi, ea se va dezbrăca în patul unui alt bărbat. Dacă îţi place să te joci cu focul, atunci ea este femeia ideală. Dacă vrei o soţie, o mamă pentru copiii tăi şi o parteneră pentru o viaţă echilibrată, nu este femeia potrivită".

Ascultătorului meu i-a venit greu să treacă peste ideea că „o iubeşte" (fantezii şi speranţe neîmplinite) şi că viaţa lor sexuală era nemaipomenită (este şi acesta un semn, nu?). De asemenea, iertarea lui îl făcea „fericit. Adevărul este că, atunci când sexualitatea cuiva este atât de strâns legată de plăcere şi autorefacere, acea persoană are o deficienţă din punct de vedere al devotamentului. Dacă alegi să nu vezi scrisul de pe zid sau să nu îi înţelegi mesajul ca să păstrezi

„Visul" în viaţă, înseamnă că alegi „fericirea stupidă".

Fericirea pe furiş

„Orice lucru care este secret nu poate să fie bun" – sunt nişte cuvinte înţelepte pe care le-am auzit într-un film prost, văzut de curând. Această filosofie se aplică şi în cazul fericirii la fel de bine ca în cazul ilegalităţilor. Unul dintre cele mai recente şi dezgustătoare aspecte ale „fericirii stupide", oferit de miracolul numit Internet, se referă la relaţiile virtuale. În trecut, oamenii aveau fantezii cu cântăreţi, staruri de cinema sau colegi de serviciu. Astăzi, poţi distruge viaţa întregii familii de dragul unei fantezii.

Iată ce scria o astfel de ascultătoare: „Am preţuit mirajul unei relaţii virtuale «perfecte» mai mult deck

devotamentul faţă de soţul meu, cu care sunt căsătorită de mai mult de zece ani, şi faţă de familia minunată pe care o am. Mi-am permis să am o relaţie intimă din punct de vedere emoţional cu un bărbat prin intermediul Intel netului şi, bineînţeles, a avut urmări catastrofale în ce priveşete sentimentele pentru soţul meu. A fost o prostie din partea mea să cred că, împărtăşind cele mai intime sentimente ale mele altcuiva deck soţul meu, nu îmi va afecta căsnicia. Din fericire, mi-am dat seama de greşeala enormă pe care o făceam şi m-am străduit să o îndrept. Îmi ador familia şi nimic nu este mai important deck timpul şi energia pe care le ofer lor. Am descoperit că feeria era chiar aici, în realitatea care mă înconjoară".

Partea de „fericire stupidă" din acest tip de comportament este evidentă: nimeni şi nimic nu este perfect – iar" dacă el sau ea ar fi perfecţi, atunci e clar că nu putem fi perechea potrivită! Să credem că fericirea este posibilă numai când totul în jur este minunat înseamnă să ne condamnăm la nefericire. Cum poate cineva să împace toate aceste nevoi şi dorinţe, de exemplu, dorinţa ca partenerul să fie un pic diferit, ca lucrurilesă meargă un pic mai bine, ca noi înşine să ne simţim mai îndrăzneţi şi să fim mulţumiţi ceva mai des? Sincer, pentru cei mai buni dintre noi este o luptă continuă.

Şi aici intervine exerciţiul. Trebuie să faci eforturi susţinute pentru a simţi bucuria. Dacă preţuieşti ceea ce este pur şi simplu lumesc, înseamnă că îţi reorganizezi viaţa într-un mod pozitiv. Chiar şi aşezarea unor şerveţele mai frumoase la masă, fie şi numai pentru tine, îţi dă un sentiment de bucurie. Eu ascult muzică rock veche în timp ce merg spre postul de radio la care lucrez şi fredonez (deşi nu prea am

voce) versurile scrise într-o perioadă mai inocentă a omenirii. Recunosc că nostalgia este un fel de văl pe ochi, dar ce importanţă are acest lucru când ne stârneşte bucuria de a trăi. Viaţa, cu toate durerile şi încercările ei, este speranţa supremă, pentru că ne oferă oportunităţi.

Dacă nu foloseşti cu înţelepciune oportunităţile pe care ţi le oferă viaţa, poţi foarte bine să te trezeşti folosind prosteşte scurtăturile secrete.

„De şapte ani am o relaţie cu un bărbat căsătorit. Ştiu că nu îşi va lăsa niciodată soţia. Sunt supraponderală şi cred că nimeni altcineva în afară de acest bărbat mult mai în vârstă deck mine şi căsătorit nu va vrea să aibă de-a face cu mine. Mă simt ca o ipocrită la biserică, spunând că sunt fericită pentru că sunt singură, când adevărul este că de fapt am o relaţie secretă. Relaţia pe care o am mă face să mă simt bine pe moment, dar când mă duc la biserică, sunt copleşită de vinovăţie”.

Această femeie nu este nici suplă, nici sănătoasă şimei căsătorită. De fapt, s-a înfundat mai tare ca niciodată. La început, conta doar faptul că era „grasă (ceea ce este o scuză destul de jalnică pentru a distruge căsnicia şi familia unei alte femei). Acum este tot grasă, dar în plus mai are şi o relaţie imorală. Astfel, ea are şi mai puţine de oferit unui bărbat drăguţ: multă grăsime, puţin caracter.

Călătoriile pe care le facem cu nava spaţială a „fericirii stupide” nu duc nicăieri, pentru că se rezumă la egoism; adevărata fericire vine din generozitate.

Banii nu-mi pot cumpăra iubirea

Cel mai atrăgător aspect al banilor şi a ceea ce poţi cumpăra cu ei este faptul că ai controlul, că efectele apar imediat, că în mod cert apare satisfacţia şi că nu trebuie să te certi cu nimeni despre cum să îi

cheltui. Este uşor să ai o părere bună despre tine când ai putere de cumpărare.

Să cumperi şi să ai un lucru este mult mai uşor decât să taci eforturile necesare pentru o relaţie satisfăcătoare. Când ai multe, foarte multe lucruri, primeşti o cantitate impresionantă de reacţii pozitive. Până la urmă, avem şi un serial care ne arată vieţile celor „bogaţi şi celebri" – avem oare şi un serial care să ne arate vieţile celor „fericiţi în căsnicie şi apropiaţi de biserică"?

„Când l-am cunoscut pe soţul meu, făceam munca voluntară în folosul comunităţii şi lucram acolo la fel de multe ore ca la serviciul cu normă întreagă pe care îl aveam. Apoi am început să câştig mai mulţi bani şi să lucrez mai multe ore…

M-am mistuit în noua FERICIRE pe care mi-o ofereau lucrurile materiale. Acest lucru se întâmpla acum patru ani. De atunci, întotdeauna a lipsit o parte din mine, nu am mai fost complet fericită. Problema este că, atunci când mu sacrificam timpul şi pe mine însămi ca să îi ajut pe ceilalţi, mă simţeam împlinită. Am înţeles faptul că nu mă aflam pe acest pământ numai ca să strâng aven. Străduindu-mă să fac fiecare zi mai bună pentru ceilalţi, am învăţat cea mai importantă lecţie: adevărata fericire înseamnă să şTIU că singurul lucru de care am nevoie este să dăruiesc".

Este, de asemenea, cea mai importantă lecţie într-o căsnicie. În ultima vreme aud tot mai des oameni care se plâng de ceea ce soţul sau soţia nu le oferă, însă nu aud nimic despre ceea ce nu oferă ei. Oh, este foarte uşor să spui că le-ai dărui, dacă ei ar face sau ar fi cutare şi cutare.

Realitatea este că, dacă stai şi aştepţi ca fericirea să se întrupeze pentru tine în partenerul perfect (care are şi el toane, dureri de stomac, griji şi zile proaste),

înseamnă să înfigi un cuţit în inima relaţiei.

Probleme

Toţi copiii lui Dumnezeu au probleme. Problemele mari sau problemele multe cu siguranţă ne afectează starea de fericire. Chiar şi atunci, împărţirea poverii cu partenerul, în loc să ne descărcăm nefericirea pe el, este o fericire prin ea însăşi. Probabil că perspectiva de care avem cea mai mare nevoie în vremuri de vrajbă este, aşa cum scria un ascultător, să realizăm că până şi ceea ce ni se pare o catastrofă enormă nu este decât „un mic obstacol pe drumul spre eternitate".

În concluzie, nici dumneavoastră, nici relaţia dumneavoastră nu sunt şi nu vor fi perfecte. Acest aspect nu trebuie să vă împiedice să faceţi lucruri pline de afecţiune, de atenţie, de curaj şi de compasiune pentru partener, lucruri necesare ca să aduceţi bucurie în viaţa de familie. Şi nici nu trebuie să vă împiedice să apreciaţi valoarea a ceea ce sunteţi privilegiaţi şi binecuvântaţi să aveţi – numai să reuşiţi să vedeţi astfel!

Dacă nu sunteţi fericit, încercaţi să vă purtaţi ca şi cum aţi fi, şi veţi vedea cum viaţa dumncavoastră şi a familiei se va însenina, mergând mai departe şi înseninând lumea.

1

A «°Z1 a SUnat din nou» Plină de recunoştinţă şi „fericire. Făcuse exact cum îi spusesem eu: se aruncase în raţele soţului ei şi 11 mulţumise pentru tot ceea ce făcea pentru a-i face ei viaţa mai uşoară; el s-a topit, ea s-a topit n braţele lui şi împreună au învăţat o lecţie extraordinară.

„Doamna dr. Laura, mi-aţi salvat căsnicia. Pur şi

simplu refuzam să văd fericirea de lângă mine”.

Justificări stupide „Aud cuvântul «dar» de o mie de ori pe zi! întotdeauna urmează o scuză după acest cuvânt.

Cred că dacă am adăuga prefixul «za», am putea descrie acţiunile majorităţii oamenilor/”.

Un ascultător i…

„— Am întrebat pe fiul meu în vârstă de 9 ani de ce desena pe pereţi când avea 2 ani. Răspunsul lui a fost următorul: «Pentru că îmi plăceau pereţii coloraţi!» Iată motivaţia – nimic mai simplu!”, scrie o ascultătoare, răspunzând la întrebarea de pe site-ul meu (www.driaura.com) referitoare la

„Justificările stupide”.

Se pare că adevărul ar trebui să fie la fel de simplu pentru oameni. În fond şi la urma urmei, nu este America o ţară care îşi creşte copiii cu poveşti despre George Washington şi cireşul tăiat de el1? Oare nu învaţă copiii noştri despre onoare, integritate, cinste şi responsabilitate din poveştile cu astfel de eroi?

De fapt, nu, nu mai învaţă. Astăzi ne educăm copiii cu ajutorul lecţiilor de istorie revizuite în termeni corecţi din punct de vedere politic2 (unde nu mai avem adevăraţi eroi ai istoriei, ci numai victime) şi a ştirilor de seară de la televizor, de unde copiii pot afla că preşedintele ţării a minţit, a depus mărturie falsă, şi-a înşelat soţia şi s-a lăsat în mod ruşinos influenţat de prieteni şi familie să abuzeze de dreptul preşedintelui de a acorda graţieri3.

Aşa-numita Comunitate încurajează ideea că există anumite motive foarte întemeiate când un om este necinstit şi că aceste pretexte îl scuză pe răufăcător. Scandalurile legate de un handicap care necesită un tratament special la locul de muncă şi

fonduri de la guvern dau la iveală un sistem degenerat, în care se poate demonstra că nici măcar lenea nu este responsabilitatea individului.

Chiar şi reclamele firmelor de avocatură specializate pe apărarea delictului de conducere sub influenţa alcoolului sau a drogurilor, transmise pe posturile importante de radio sau televiziune, au lozinci care spun: „Prietenii nu te lasă să pierzi procesul”. (Vă mai amintiţi de lozinca:

„Prietenii nu te lasă să conduci beat”?)

Nu mai este o surpriză faptul că numeroase studii demonstrează că tinerii nu numai că au un comportament mult mai puţin onest decât în trecut, dar au şi ceea ce ei consideră a fi explicaţii perfect valabile ca să îşi scuze lipsa de integritate şi faptul că nu simt nicio ruşine pentru necinstea lor. Aceste scuze provin din idei pentru care părinţii bunicilor noştri ne-ar fi urecheat zdravăn dacă le-am fi rostit: „Toată lumea face la fel”, „Dacă eşti cinstit, pierzi, pentru că şmecherii profită”, „Nu contează cum intri la facultate, pentru că diploma îţi asigură succesul în viaţă”, „Sunt prea stresat”, „Sunt prea ocupat ca să mai şi muncesc”, şi aşa mai departe.

Bineînţeles, aceste atitudini se infiltrează în sfera individualului. Din nou, sondajele de opinie recente demonstrează o acceptare tot mai mare a relaţiilor extraconjuga-le, a concubinajului şi copiilor în afara căsătoriei, a promiscuităţii, a divorţurilor, a grădiniţelor cu program prelungit (o formă modernă de abandon) şi a relaţiilor distructive dintre copil şi părintele care nu deţine custodia din cauză că îşi doreşte un nou partener sexual sau o nouă adresă.

În zilele noastre, onoarea, integritatea, responsabilitatea şi obligaţiile sunt considerate noţiuni opresive şi demodate. Avem pretexte din

abundenţă care să ne uşureze de responsabilităţile faţă de ceilalţi. Pretexte au existat din totdeauna. Nou este faptul că aceste numeroase pretexte sunt astăzi considerate de înţeles şi acceptabile.

Adevărul este că, fără onoare, integritate, responsabilitate şi obligaţii, suntem atât de lipsiţi de restricţii, încât, în cele din urmă, fiecare dintre noi este singur, în derivă, speriat, izolat, cinic, deprimat şi îndurerat, pentru că pare să nu mai existe nimeni şi nimic în care să aibă încredere. Ştiu că aceasta este realitatea deoarece primesc nenumărate scrisori, telefoane, faxuri şi mesaje electronice de pe tot cuprinsul Americii de Nord şi toate îmi confirmă spusele.

Mulţi oameni îmi spun că au învăţat „justificările stupide" de când stăteau pe genunchii părinţilor.

Se transmite genetic?

Nu, bineînţeles că nu se transmite genetic. Dar poate fi destul de dificil dacă eşti fructul unui pom stricat, aşa cum povesteşte o ascultătoare:

„Mi-ar fi mai uşor să spun că am suferit în copilărie din cauza abuzurilor verbale şi batjocurii permanente ale mamei mele… că nu sunt responsabilă pentru comportamentul meu. Dar nu este adevărat! Este foarte adevărat că la orice fel de probleme mama mea reacţiona ţipând, urlând, spărgând farfurii şi ameninţând. Îmi amintesc de aceste reacţii de când mă ştiu".

Iar aceste amintiri au devenit cauza invocată de ea pentru crizele de furie pe care le avea – pur şi simplu asta era firea ei.

„În acelaşi timp, ştiu ca ura, furia şi mânia permanente nu sunt productive, ci distructive. Felul în care am aflat că sunt capabilă de un astfel de comportament a fost dureros. nu există nimic mai rău

decât să vezi ochii copiilor tăi plini de lacrimi atunci când explodezi de furie sau să îţi vezi soţul înmărmurit de uimire pentru că într-un moment totul este perfect normal, iar în următoarea clipă eşti un uragan dezlănţuit.

Însă am fost nevoită să accept, în cele din urmă, că nu există nicio scuza pentru comportamentul meu".

Această ultimă picătură de onestitate deschide drumul către evoluţie. Deseori, ascultătorii mă întreabă cum pot să scape de astfel de obiceiuri şi comportamente, şi cum se pot dezbăra de năravul de a justifica aceste comportamente nocive. Le spun că lucrurile se întâmplă în ordinea inversă. În primul rând, încetezi să te justifici şi începi să îţi ceri iertare. Regretul pentru suferinţa pe care ai provocat-o ar trebui să fie principalul motiv pentru care îţi asumi responsabilitatea.

Dacă nu există regrete, cererea iertării devine propriul pretext repetitiv, în timp ce comportamentul continuă. Apoi trebuie să acţionezi ca să repari greşelile făcute – acolo unde este posibil. După aceea, trebuie să alcătuieşti un plan pentru a nu mai repeta greşelile comportamentale.

În această ultimă fază, o foarte bună metodă este să anticipezi situaţii şi sentimente oarecum premergătoare momentului exploziei. De exemplu, când începi să te simţi frustrat, încolţit, pus la zid, furios, dezorientat sau orice altă emoţie declanşatoare, poţi face mai multe lucruri. Poţi să spui cu voce tare: „Ştii ceva, cred că trebuie să iau o mică pauză, un minut sau două – pentru că încep să-mi ies din fire", sau poţi să te scuzi şi să părăseşti încăperea ca să te calmezi, să îţi pui ordine în gânduri, ori să gândeşti la rece. Poţi, de asemenea, să apelezi la ajutorul unui specialist (terapeut, preot, propria

mamă! dr. Laura), ori să dezvolţi un „comportament înlocuitor" pe care să îl adopţi în locul celui de care încerci să scapi.

Pentru oricare dintre aceste tehnici aţi opta, cu siguranţă nu va fi uşor, aşa cum aflăm din aceeaşi scrisoare:

„Sunt atât de numeroase momentele în care îmi vine să ţip şi să uilu încontinuu! însă am făcut destul rău atunci când am cedat acestor impulsuri. Mă străduiesc din răsputeri să-mi controlez temperamentul. Încerc să folosesc umorul atunci când pot… apoi mă simt mai bine pentru că ştiu că mă pot controla şi nu voi ajunge la fel ca mama mea".

Să te justifici e omeneşte…

Oamenii, ca toate mamiferele, sunt fiinţe care trăiesc în comunităţi şi îşi petrec o mare parte din viaţă depinzând de îngrijirea părinţilor. Această dependenţă firească faţă de familie şi societate duce la deprinderea unor comportamente „de integrare. În cazul altor primate putem remarca ierarhii, ritualuri de împerechere şi lupte simulate, toate menite să îi înveţe pe indivizi să se

„Integreze", astfel încât să asigure coeziunea necesară funcţionării şi supravieţuirii grupului.

Deşi structura oamenilor nu este atât de dependentă de instincte ca a animalelor inferioare, avem şi noi comportamente specifice care asigură funcţii asemănătoare – una dintre cele mai semnificative este aceea de a evita orice ne-ar putea strica imaginea şi ne-ar expune riscului respin-gern sau pedepsirii. Dacă greşeşti, un subterfugiu ca să eviţi dispreţul şi consecinţele este să descoperi un mod în care să ascunzi şi să deformezi adevărul; de aici vin anumite comportamente, cum ar fi să minţi, să acuzi, să răstălmăceşti, să contraataci (cea mai bună

apărare este atacul) – strategii menite să menţină imaginea sau puterea.

Acest tip de comportament este des întâlnit la copiii care se tem că părinţii nu îi vor mai iubi din cauza greşelilor lor şi care vor să evite pedeapsa, ceea ce este uşor de înţeles. Obiceiul de a inventa pretexte se agravează în situaţiile în care părinţii sunt exagerat de perfecţionişti sau prea aspri în pedepse.

Bineînţeles, familiile care îşi învaţă copiii că onoarea este mai presus de orice şi că integritatea este esenţială pentru intimitate, afecţiune şi ataşament îşi ajută copiii să devină adulţi dispuşi să-şi recunoască defectele, greşelile, deciziile incorecte şi acţiunile greşite. În cele din urmă, acestea sunt comportamentele care ne fac să ne admirăm şi să avem încredere unii în alţii.

…iar „recunoaşterea greşelilor" este nobilă!

Parţial, maturitatea se defineşte prin disponibilitatea unui adult de a fi considerat responsabil pentru acţiunile sale, fără niciun fel de justificări. Tot aşa, imaturitatea este parţial definită de lipsa acestei disponibilităţi. Aşa cum a recunoscut un ascultător: „Cred că se poate spune că am încercat prea mult timp să-mi conserv atitudinea de adolescent – şi am 30 de ani! Am fost un adolescent tare dificil şi întotdeauna aveam o justificare pentru tot ceea ce făceam. Nu mă puteai convinge să-mi asum vina pentru nimic. Chiar dacă mă vedeai făcând ceva, iar eu observam că mă vezi, tot puteam să inventez un milion de motive ca să explic de ce nu făcusem un anumit lucru sau că, de fapt, făcusem ceva pentru că altcineva mă obligase.

Mi-am păstrat atitudinea şi în căsătorie, ceea ce a dus la apariţia unor probleme de încredere grave. Sunt căsătorit de zece ani şi aş vrea să ştie toată

lumea că nu îţi vine uşor când partenerul de viaţă se uită la tine întrebându-se dacă spui tot adevărul sau inventezi pretexte”.

Motivele pentru care oamenii nu renunţă la comportamente atât de evident dăunătoare sunt numeroase; totuşi, cel mai frecvent îl constituie ideea greşită că nu vei mai fi iubit dacă nu ai dreptate sau greşeşti. Ironia este faptul că chiar aceste justificări îi fac pe ceilalţi să-şi piardă încrederea şi respectul pe care le au pentru tine, ceea ce duce la dispariţia iubirii. Cu alte cuvinte, ajungi să creezi tocmai situaţia pe care încerci să o eviţi. Oricum, este destul de greu să renunţi la vechile obiceiuri când eşti tensionat, din cauză că nu eşti dispus să-ţi asumi riscul. Dar aţi face bine să riscaţi, dacă nu vreţi să vă distrugeţi relaţiile.

Unii oameni nu învaţă niciodată, iar alţii nici măcar nu se obosesc să înveţe pentru că preferă să-şi apere imaginea personală şi puterea pe care o au asupra celorlalţi. Aşadar, justificările nu dispar niciodată.

„Lumea întreagă îmi este datoare!”

De multe ori, mânia şi suferinţa motivează manevrele de autoapărare, ca şi răzbunările. Uneori, aceste acţiuni se îndreaptă către cei care ne-au rănit, însă cel mai adesea astfel de reacţii apar şi ţintesc la întâmplare. Următoarea ascultătoare mărturiseşte că avea o astfel de atitudine:

„În cei nouă ani de căsnicie, am ajuns «regina justificărilor». Sunt eterna victimă, care domneşte peste întreaga lume. Am avut o copilărie dificilă, iar eu sunt rezultatul unei aventuri de-o noapte. Mama mea a fost căsătorită de şapte ori, iar eu am fost molestată fizic, sexual şi emoţional de către ea şi unii dintre soţii ei.

Având toate acestea în minte, am crezut că

întreaga lume îmi datora ceva. Întotdeauna eram foarte dispusă să îmi dezvălui rănile. Însă niciodată nu am fost dispusă să le repar, pentru că primeam mult mai multă atenţie dacă mă văicăream. Am fost căsătorită cu un bărbat minunat, care a făcut tot posibilul să îmi fie alături pentru ca eu să îmi pot vindeca rănile şi să caut ajutorul unui specialist. Însă i-am

BIBLIOTECA JUDEŢEANĂ Panalt Istrat! BRĂILA

respins toate eforturile. În schimb, m-am folosit de aceste lucruri pentru a justifica toate comportamentele mele imature, egoiste şi imorale dând vina pe trecut, pe viaţa mea grea, pe copilăria mea îngrozitoare şi pe incapacitatea mea absolută de a mai avea încredere în oameni. În cele din urmă, bietul de el a renunţat.

Am continuat să am acelaşi comportament distructiv şi egoist încă zece ani. Trebuia să deşert sacul nenorocirilor, ceea ce s-a şi întâmplat. A fost o călătorie uluitoare, înfricoşătoare şi dureroasă. Dar trebuia să aflu cine sunt, adică o persoană responsabilă şi nu o victimă.

Aşa cum ne-a mărturisit această femeie, teama este cel mai important motiv pentru care oamenii nu-şi schimbă comportamentul. Oamenii se tem de adevăr, de slăbiciunile lor, de puterea pe care o au alţii asupra lor, de necunoscut, de schimbări, de vulnerabilitate şi de pierderea controlului. Este trist că temerile copleşesc bunul-simţ care ne îndeamnă să evoluăm spre responsabilitate; prin urmare, relaţiile bune sunt distruse şi se pierd.

Iar o altă categorie de oameni este cea reprezentată de copiii răzgâiaţi, narcisişti, psihopaţi sau pur şi simplu rai. Ei constituie materialul pentru o altă carte.

Vai, vă rooog mult!

Mi-ar fi imposibil să caracterizez toate tipurile, stilurile, subiectele şi tehnicile de a inventa pretexte care compromit integritatea unei relaţii. Sub titlul „Vai, vă rooog mult!”, veţi găsi în această secţiune câteva dintre cele mai frecvente justificări (unele comice, multe insuportabile, toate enervante) pe care le-au auzit ascultătorii emisiunii mele şi probabil că şi dumneavoastră.

us1 O femeie, care nu se mai atinsese de alcool de zeo ani, l-a întrebat pe soţul ei de ce de doi ani se ascundea în debara şi îngurgita vodcă, deşi se presupunea ca amândoi să se ţină departe de băutură. El i-a răspuns: „Nu am vrut să te influenţez şi pe tine să te apuci iar de băut!” Câtă nobleţe din partea lui! Acest pretext scuză ascunderea în debara, dar nu şi vodca – a întors-o frumos!

Când soţia l-a întrebat pe soţ de ce adusese pe furiş o femeie atunci când acesta a plecat într-o excursie cu cortul împreună cu copiii, în loc să o ia pe ea, el i-a răspuns. „Pentru că tu nu ai fi avut loc în remorcă, iar ea s-a oferit să contribuie la banii pentru benzină şi taxa de cort, şi să aducă prânzul”. Aha, înţeleg, relaţiile extraconjugale se rezumă acum la eforturile de a economisi bani şi spaţiu?

— L-am întrebat pe soţul meu de ce nu făcea un duş dimineaţa, în loc să-şi plonjeze capul în chiuvetă şi apoi să se îmbrace, iar el a pretextat că «avea foarte multe de rezolvat în perioada aceea»”. Bănuiesc că apa şi săpunul nu intră în categoria lucrurilor „de rezolvat, nici acum, nici vreodată!

Înd bărbatul cu care era căsătorită de 23 de ani a decis să aibă o relaţie extraconjugală şi să o părăsească pentru o altă femeie, acesta i-a spus soţiei: „Aşa ceva se întâmplă tot timpul, şi este numai vina

ta, şi e din cauza copiilor”. Să bănuiesc cumva că această femeie şi copiii ei erau responsabili şi de infidelităţile lui?!

Ca să explice de ce nu plătea pensia alimentară (195 de dolari pe lună) şi de ce nu venea să-şi vadă copilul (exceptând rarele momente în care, împreună cu prietenii, făcea diverse chestii cu taţi şi fii – şi se impunea prezenţa unui puşti), fostul soţ al acestei ascultătoare a dat următoarea explicaţie: „Muncesc 24 de ore pe zi, şapte zile pe săptămână, iar şeful nu îmi

O ascultătoare a emisiunii mele este de 15 ani concubina unui bărbat cu care are un copil de 12 ani. Ea se tot întreabă când se vor căsători. El spune: „Când vom avea 5.000 de dolari puşi deoparte”. Hmm, pun pariu că administrează cu mare pricepere bugetul, cheltuind exact cât trebuie ca să nu economisească 5.000 de dolari!

— S* O femeie căsătorită este foarte nemulţumită pentru că soţul ei minte ca să scape de muncă – atunci când binevoieşte să îşi găsească ceva de lucru – ca să scoată mai mulţi bani de la ea, ca să evite ceea ce nu-i place şi ca să obţină imediat ceea ce vrea. Au datorii mari, iar când aproape au fost evacuaţi din casă, soţia l-a întrebat de ce cumpărase o maşină de teren şi o serie de maşinuţe de jucărie, plus multe alte lucruri care nu erau necesare. El a contracarat spunând: „Merit toate aceste lucruri pentru că muncesc din greu”. Bănuiesc că el consideră cheltuirea banilor profesia vieţii lui.

O femeie de 27 de ani a avut o relaţie intimă, timp de un an, cu un bărbat de 37 de ani, care era divorţat de şase ani şi avea doi copii, unul de 16, altul de 18 ani. Ei îi spune că se vor căsători, dar refuză să le spună copiilor sau oricui din familia lui chiar şi

faptul că are o relaţie, cu atât mai puţin că plănuieşte să se recăsătorească. Întrebat de ce, el a răspuns: „Divorţul a fost un şoc atât de mare, încât nu mai vreau să şo-chez pe nimeni”. Poftim?!

„S-O altă femeie se întreabă de ce soţul ei, după 22 de ani de căsnicie, „nu pricepe”. Evident, ceea ce nu pricepe el este că nu ar trebui să mintă şi să ascundă lucruri importante, cum ar fi să împrumute bani unor oameni pe care abia i-a cunoscut şi cu care intră în afaceri pe care nu le poate controla, sau cum ar fi să plece din oraş pentru nişte cursuri de pregătire împreună cu „o colegă”. Când a fost întrebat de ce nu îi spune soţiei ce planuri are, el a răspuns: „Fiindcă te-ai supăra”. Nu zău?!

Soţul acestei femei a fost şofer de camion doar patru ani de zile. Evident, deseori se poartă ca o canalie, iar când soţia îi reproşează, scuza pentru comportamentul grosolan, necioplit sau insuportabil este următoarea: „Sunt şofer de camion. Noi, şoferii de camion, avem o reputaţie de apărat. Se presupune să fim grosolani şi neciopliţi”. Oare unde sunt cei de la

„Liga împotriva defăimării camionagiilor” atunci când îi cauţi?

Deşi aceste justificări pot părea amuzante, iar unele dintre ele vi se par deosebit de familiare, ele sunt exemple grăitoare pentru cât de departe pot merge unii oameni ca să-şi ignore răspunderile şi obligaţiile, ca să-şi justifice egoismul şi lipsa de sensibilitate, ca să-şi nege slăbiciunile şi problemele, ca să justifice suferinţa pe care le-o provoacă celor pe care se presupune că îi iubesc, ca să nu se maturizeze şi să nu facă ceea ce este necesar pentru a-şi menţine şi apăra relaţiile.

Este foarte trist faptul că cel mai frecvent mod de a folosi justificările îşi are originea în negarea

fricii, în slăbiciunea şi lenea pe care o simt unii oameni atunci când ar trebui să înfrunte adevărurile unei relaţii problematice – pentru că, nefăcând aşa, nicio relaţie nu poate să prospere şi nici măcar să supravieţuiască.

Ştiu că merge, măcăne, înoată, se comportă şi arată ca o raţă dar dacă, totuşi, nu este o raţă…?

Un exemplu elocvent pentru acest tip de comportament mi-a fost oferit de un telefon pe care l-am primit de curând de la o femeie de 41 de ani, care se întâlnea de mai puţin de un an cu un bărbat de 37 de ani. Ea divorţase în urmă cu 20 de ani şi avea o fiică de 21 de ani. Conversaţia a fost lungă şi de-a dreptul amuzantă, fiindcă, deşi femeia respectivă nega complet realitatea situaţiei în care se afla, cel puţin îşi păstra simţul umorului.

„El a fost vreodată căsătorit sau logodit, sau are cumva copii în afara căsniciei?”

„Nu”.

„Serios? Nu? La 37 de ani?”

„Nu.”…

„După cât timp de când v-aţi cunoscut te-ai logodit cu el?”

„După zece luni”.

„Şi care este problema?”

„Păi… mi-a dat un ultimatum”.

„Serios? Ce ultimatum?”

„Ori facem cel de-al patrulea pas la Asociaţia Rudelor Alcoolicilor Anonimi*, ori rupe logodna”.

„De ce faci parte din Asociaţia Rudelor Alcoolicilor Anonimi?”

„Pentru că el a fost alcoolic”.

„De când nu s-a mai atins de alcool – presupunând că ştii adevărul? De obicei, alcoolicii mint în legătură cu recuperarea lor”.

Asociaţia Alcoolicilor Anonimi promovează o strategie de recuperare a alcoolicilor în 12 paşi; aceşti paşi sunt esenţiali şi în cadrul Asociaţiei Rudelor Alcoolicilor Anonimi. Cel de-al patrulea pas este: „Întreprinderea unei analize şi a unui inventar moral îndrăzneţ asupra propriei persoane”.

„De zece luni”.

„Poftim?! Te-ai logodit şi eşti pe punctul de a te căsători cu un bărbat care a fost alcoolic mult timp, dar care se presupune că nu s-a mai atins de băutură de când te-a cunoscut pe tine? Eu ştiam că Asociaţia Alcoolicilor Anonimi le recomandă să nu aibă relaţii serioase cât timp se luptă cu recuperarea şi problemele adiacente. Faptul că nu mai bea este doar o parte din întregul proces, draga mea. După ce ai aşteptat două decenii, de ce să alegi un beţiv?”

„Ei bine, eu cred că toată lumea merită o a doua şansă”.

„O a doua şansă pentru ce? Pentru prietenie. Pentru un loc de muncă. Pentru a fi membrul unui club. Dar de ce să-ţi doreşti în patul tău un om care încă nu a dovedit că merită o a doua şansă?”

„Păi… nici eu nu sunt perfectă”.

„Din moment ce nimeni nu este perfect, înseamnă că nimeni nu are dreptul la un partener sănătos

?”

„Ei bine, nu”.

„De fapt, vrei să spui că tu crezi că el este singura şansă pe care ai putea să o ai la 41 de ani. Este mai tânăr ca tine? Este atrăgător? Este bun la pat?”

„Aaa, nu vreau să vorbesc despre aşa ceva (dar chicotelile ei spun totul)”.

„Ei bine, draga mea, dacă ai fi crezut într-adevăr

că ceea ce îţi cerea el era o idee bună, acum ai fi făcut cel de-al patrulea pas la Asociaţia Rudelor Alcoolicilor Anonimi şi nu ai mai fi stat cu mine la telefon. Ceva îţi spune probabil că nu este cea mai bună alegere. Ştii ceva? Hai să facem un compromis. Dacă în următorii cinci ani el nu se va atinge de băutură şi va fi silitor în confruntarea cu probleme-le care apar în viaţa şi în personalitatea lui pe perioada reabilitării, voi veni şi eu să joc la nuntă".

În cazul multor relaţii, blestemul sfârşitului vine din negarea realităţii care îi aduce pe doi oameni împreună. Îţi imaginezi, speri, te rogi, ignori, crezi că o persoană se va schimba şi va deveni mai bună prin simpla ta dorinţă de a fi cu el/ea. Reflectaţi puţin la următoarea întrebare: din moment ce nici dumneavoastră nu vă obosiţi să vă confruntaţi cu realitatea, de ce ar fi partenerul mai puternic sau mai motivat să facă acest lucru.

Am fost în mod deosebit emoţionată de scrisoarea unei ascultătoare care povestea cum a reuşit ea să pună capăt negării realităţii (chiar dacă a făcut acest lucru după 26 de ani în care a trăit o poveste lungă şi urâtă). Soţul ei avea multiple relaţii extraconjugale. Deşi durerea a fost cump ită, ascultătoarea mea crede că a învăţat cea mai valoroasă lecţie… de la un copil: A v".

Nu mai vreau să fiu o martiră. Într-o seară, după ce am avut o scenă dramatică în care i-am spus soţului meu să plece din casa dacă voia să rămână cu amanta, durerea mea a fost atât de insuportabilă, atât de acută, încât am intrat într-o stare de perplexitate. Fiica mea, adolescenta, a venit lângă mine, ţi-a încrucişat braţele, m-a privit şi m-a întrebat: «Mami, de ce crezi tu că tata se întoarce de fiecare dată?» «Pentru că ne iubeşte, însă este dezorientat.» Iar ea

m-a întrebat din nou: «Mami, de ce crezi tu ca tati se întoarce de fiecare dată f» «Păi, pentru că va iubeşte pe voi, copiii, însă acum îi este ruşine.» «Ba nu», a spus ea, pe un ton mai ridicat. Şi din nou m-a întrebat acelaşi lucru De data aceasta am rămas tăcuta câteva clipe, uitându-mă în gol spre şemineu şi încercând să îmi adun gândurile. În cele din urmă, răspunsul a venit ca o lovitură de fulger şi am izbucnit în plâns. Mi-am ridicat ochii spre Juca mea şi i-am spus: «Pentru că îi permit acest lucru S-a aplecat spre mine şi m-a îmbrăţişat. Atunci am înţeles că nu soţul meu era vinovat pentru starea în care ma aflameu însămi purtam întreaga vină. Îmi pierdusem toată încrederea în convingerile mele şi îl învinuiam pe el pentru chinul prin care treceam eu şi copiii mei. Credeam că nu am de ales pentru că îl iubeam. Însă chiar dacă îl iubeam, aveam de ales.

Oncit de greu mi-a venit, am cerut divorţul. După patru am şi jumătate mi-am dat seama că mă agăţasem de o speranţă falsa, inventând tot felul de pretexte ca să neg realitatea. Îmi era atât de frică să nu îl pierd, încât i-am permis să mă trateze aşa cum nu ar trebui să fie tratată nicio fiinţa. Teama era marea mea justificare. Poate că dacă nu mi-ar fi fost atu de teamă să-mi impun punctul de vedere casmcia noastră ar fi fost altfel. Nimănui nu îi place să fie criticat sau înjosit, dar am tăcut mereu din cauza ameninţărilor lui: «Dacă ai de gând săplângi şi să mă baţi la cap eu unul nu mai stau aici...» Dacă acum mulţi ani în urmă i. aşii Pnuptiept şi i-aş fi spus: «Atunci nu mai sta, pleacă şi să nu te mai întorci deck dacă te calmezi şi poţi vorbi cu mine cu respect», atunci, cine ştie, poate că el ar fi făcut acest lucru... sau poate că nu”.

Ultima ei remarcă atrage atenţia asupra

obiceiului de a scuza comportamentul celor „iubiţi”, în loc să ne confruntam cu el. Pretextele pe care le-a găsit pentru a-i tolera comportamentul inacceptabil au făcut-o să trăiască un coşmar timp de aproape trei decenii, pentru ca mai apoi să fie abandonată. Cel puţin fiica ei a învăţat această lecţie importanta: justificările stupide îţi distrug viaţa pentru că aşa ignori realităţile urâte, dureroase, inacceptabile şi disamploav06 6 Continuă să existe Ş* să capete

Printre justificările stupide prin care oamenii încearcă să-şi scuze comportamente nesănătoase (în loc să se mobilizeze ca să îmbunătăţească situaţia) putem include:

„Nu se înghesuia nimeni la uşa mea să mă invite în oraş, ce era să fac?”

— R™ţit rfe” n°Ştiinţă pentru el, pentru că era mai în irsta şi făcuse lucruri extraordinare pentru mine”.

„Nu voiam să îl înfurii pentru că simţeam nevoia ca cineva să mă iubească”.

Şi, chiar mai trist: îmi este ruşine şi nu mă pot ierta pentru trecutul meu. Chiar şi atunci tind încerc să am mai multă încredere că Dumnezeu mă va ierta, simt că nu sunt demn (a) de mărinimia Lui”.

Totuşi, o ascultătoare mi-a povestit că, rund pe punctul de a se căsători cu un bărbat cu care nu putea să fie sinceră şi mulţumită de ea însăşi, a găsit curajul necesar să renunţe la justificările stupide:

„În nenumărate rânduri el a spus, a făcut anumite lucruri sau nu a făcut altele, iar eu am găsit mereu pretextele care să îl scuze. Eram tot timpul îngrijorata că aş putea să îl înfurii. În ciuda acestor lucruri, am plănuit o nuntă pe care, odată cu trecerea săptămânilor, o aşteptam ca pe un linţoliu de înmormântare, nu ca pe un eveniment fericit. În cele

din urmă, sufletul meu s-a trezit într-o dimineaţă şi a început să strige. Aşa că am inspirat adânc mi-am înghiţit frica şi am anulat nunta. Mă simţisem trădată, umilita, m-spăimântată, furioasă şi disperată. Iar să-ţi trăieşti viaţa în astfel de condiţii NU este acceptabil. Nu fiţi laşi şi nu închideţi ochii în faţa unor defecte pe care nu ar trebui să le acceptaţi”.

Dacă scuzaţi comportamente nesănătoase, nu veţi od-tine iubire, acceptare, siguranţă sau o relaţie de calitate, ci vă veţi transforma în sclavul propriilor temeri de a nu pierde ceea ce, de fapt, nu aveţi şi nu aţi avut de la bun început. În timpul logodnei nu căutaţi pretexte pentru a scuza comportamentele intolerabile, pentru că astfel aruncaţi la gunoi şansa pe care o aveţi de a îmbunătăţi relaţia respectivă sau, dacă este cazul, ocazia de a găsi un partener mai bun.

Am un motiv al naibii de bun

Trecutul

De regulă, oamenii sună la emisiunea mea pentru a se plânge de ceea ce au făcut alţii. Dacă le sugerez că poate se înşală în ce priveşte isteţimea sau moralitatea acţiunilor lor sau dacă le demonstrez că sunt rebeli sau meschini, în general discuţia se tensionează. Este firesc, pentru că cel mai greu este să te priveşti într-o oglindă care măreşte obiectele de 100 de ori – nimănui nu-i place să-şi vadă porii atât de dilataţi! Iu trebuie mult curaj ca să priveşti într-o astfel de oglindă iar eu îi încurajez pe ascultătorii mei să facă acest lucru, chiar şi atunci când îmi dau seama că evenimentul se va produce la ceva timp după convorbirea telefonică.

O ascultătoare mi-a scris pentru a justifica neîncrederea permanenta pe care o avea faţă de soţul ei, deoarece – „Primul meu soţ m-a minţit încontinuu, timp de şapte am. Minciunile lui mi-auprodus multă

suferinţă, mie şi celorlalţi din jur, şi l-au făcut să aibă probleme cu legea. Bărbatul cu care sunt căsătorită acum este foarte cinstit şi, în adâncul sufletului meu, ştiu că pot avea deplină încredere în el, dar and îmi răspunde la întrebări, primul meu impuls este să mă întreb dacă nu cumva mă minte. Mi-a infirmat temerile de nenumărate ori. Cum poate cineva să scape de impulsuri?”

Evident, femeia aceasta nu îşi doreşte să retrăiască o experienţă dureroasă, însă o creează în mintea ei pretextând ca a suferit şi nu mai vrea să treacă prin ce a trecut. Este ironic – îşi creează realitatea de care se teme cel mai mult iat-o deci, în sfârşit, căsătorită cu un bărbat bun şi distrugându-şi relaţia fiindcă a rămas blocată în marşarier.

Cum poate cineva să scape de impulsuri, mă întreabă ea. Răspunsul este următorul: nu poate. Dar dacă va alege să nu dea curs impulsurilor, renunţând să îşi chestioneze soţul, să îl verifice şi să îl bănuiască fără niciun motiv atunci automat va scădea puterea pornirilor de moment.

Unul dintre preţurile pe care le avem acum de plătit din cauza sexualităţii moderne este faptul că oamenii ies împreună, au relaţii intime, trăiesc în concubinaj, îşi fac rău unu altora, se părăsesc şi o iau de la capăt. Din nefericire în loc să fie o experienţă eliberatoare extraordinară, de cele mai multe ori oamenii sfârşesc prin a suferi şi a deveni negativişti, cinici, suspicioşi şi mult mai puţin încrezători, ceea ce duce la şi mai multă falsă intimitate (din moment ce începe să funcţioneze mecanismul de autoapărare) şi, în cele din urmă, la şi mai multă suferinţă.

Banii

Deşi deseori în emisiunea mea de radio deplâng „criza de bărbaţi adevăraţi – bărbaţi capabili să îşi

sacrifice visurile şi dorinţele ca să-şi poată întreţine familiile – uneori termenul „a întreţine” este folosit greşit, ca un pretext pentru a-şi neglija familiile de dragul banilor. Un ascultător crede că acum mariajul lui este salvat, iar el este un adevărat tată pentru fiica lor, datorită emisiunii mele:

„Problemele noastre au început în august. Eu tocmai mă angajasem într-un restaurant, într-o funcţie de manager. Soţia mea a rămas acasă după ce s-a născut fetiţa. La vremea aceea, ne descurcam greu cu banii şi trăiam de pe o zi pe alta. Atitudinea mea s-a înrăutăţit atât de tare, în

cât ajunsesem să îmi neglijez familia şi să muncesc fără oprire pentru un bănuţ în plus, ca să reuşim să o scoatem la capăt. Lucrurile au stat astfel până în decembrie, când în sfârşit soţia mea mi-a spus că se săturase şi m-a readus cu picioarele pe pământ. În ziua aceea am demisionat şi mi-am găsit o slujbă care să îmi permită să fiu tată şi soţ-Sfaturile dumneavoastră mi-au salvat căsnicia, doamnă dr. Laura. Vă mulţumesc!”

Deşi întreţinerea financiară a familiei este esenţială, goana după bani poate ajunge mult prea uşor un scop în sine, deoarece banii îţi permit să cumperi lucruri minunate, să te simţi puternic, să fii respectat în societate şi să îţi îngraşi orgoliul, în timp ce relaţiile familiale, singurele capabile să dea sens vieţii tale, sunt lăsate să moară de foame.

Greutatea corporală

Chiar dacă vă place sau nu, indiferent dacă sunteţi de acord sau vi se pare nedrept, adevărul este că prezenţa fizică, incluzând igiena, ţinuta, îmbrăcămintea, greutatea şi linia corpului, contează într-o relaţie. Este vorba de respectul faţă de propria persoană şi obligaţia pe care o avem faţă de relaţie.

Cu-siguranţă, nu este deloc uşor să luptăm cu gravitaţia şi îmbătrâarea. Desigur, este destul de greu să faci exerciţii fizice şi să mănânci numai ce „ar trebui”. Sigur că nu este uşor, când ai o viaţă atât de aglomerată, să găseşti timp ca să mergi la sala de gimnastică. Bineînţeles, este nevoie de o atitudine matură pentru a echilibra nevoile fizice, spirituale şi relaţionale (observaţie valabilă mai ales pentru dependenţii de chirurgie estetică, oameni care duc la extreme un concept atât de important). Şi, cu siguranţă, nimeni nu ar trebui să se simtă iubit sau neiubit în funcţie de o bucăţică de grăsime. Un bun partener învaţă să accepte cu delicateţe şi afecţiune efectele îmbătrânirii, fără să recurgă la comparaţii.

Este responsabilitatea noastră individuală să nu fim leneşi, bazându-ne orbeşte pe partener sau pe relaţie:

„Soţul meu mi-a spus de curând că nu se mai poate angaja în relaţii conjugale din cauza supraponderalităţii mele în mod cert sunt supraponderală – înainte aveam 68 de kilograme, acum am 91 însă i-am spus soţului meu că dimensiunile nu ar trebui să conteze, iar să ţii regim nu este deloc uşor. Dacă ar fi fost atât de uşor să ţii regim, pierderea în greutate nu ar mai fi fost o afacere atât de prosperă. Dar el este hotărât şi nu se va clinti un milimetru dacă nu vede că am voinţă să slăbesc”.

Cred că este dreptul lui să spună că vrea să vadă la ea „voinţa să slăbească”, deoarece, astfel, ea demonstrează că respecta punctul lui de vedere şi latura fizică a relaţiei lor. Mă surprinde cât de mulţi oameni au pretenţia ca partenerii să se simtă irezistibil atraşi de ei şi mulţumiţi, indiferent în ce mod ar abuza aceşti oameni de propriile corpuri.

O altă ascultătoare îmi scrie: „Bănuiesc că acesta

este pretextul meu. Dacă mă iubeşte, ce importanţă mai au kilogramele, mai ales că, în rest, sunt cu adevărat nemaipomenită!" Nu se pune problema că se pierde aprecierea pentru calităţile tale, însă dacă îţi pierzi interesul de a-l satisface pe partener cu forma ta maximă, la fel va simţi şi el/ea.

Propaganda feministă

O ascultătoare a sunat la emisiune acum puţin timp şi mi-a povestit plină de furie că soţul ei, care lucrează într-un alt oraş de luni până vineri, ajunge acasă vineri seara şi se aşteaptă să o găsească îmbrăcată senzual şi să aibă „chef de joacă". Mi-a spus că ea trebuie să se descurce singură toată săptămâna cu casă, cu rufăria, cu copiii, iar el are pretenţia ca ea să se transforme într-o „pisicuţă sexy" doar pentru că a venit el acasă. I-am reamintit faptul că nici el nu fusese la petrecere toată săptămâna şi îi era dor de familie şi de căldura plină de iubire a soţiei.

Ascultătoarea mea se blocase în rolul martirului şi era clar pornită împotriva libertăţii de care se presupune că beneficia soţul. I-am spus că, deşi se străduia să demonstreze că aşa stăteau lucrurile, martiriul ei nu era mai mare decât al lui, ci doar diferit. I-am pus două întrebări.

Prima: ce era rău în faptul că el o dorea atunci când se întorcea acasă? Şi a doua: ce era rău dacă şi ea îl dorea pe el?

Eu am interpretat pretextul de care se folosea soţia pentru a nu fi un partener iubitor şi dispus astfel: ea înţelegea intimitatea şi sexualitatea ca pe nişte obligaţii (în loc să le considere o oportunitate pentru plăcere şi consolidarea relaţiilor) şi simţea nevoia să sufere ostentativ ca să îi demonstreze soţului că şi ea munceşte mult şi ceea ce face contează. I-am spus că aceste idei erau tipice pentru

propaganda feministă, iar soţul ei nu avea nimic de-a face cu s5S; i b „C Să „la – „«ce în relaţie astfel

Alcoolul

P: z: r: tzzr „* – * «*

nâJp-ZJyZTZ1 * „W /wi tor care el pl™™ Khotârî Ss/îl fac”.

de băut este cel mai des întâlnit pretext al probleme cu consumul de alcool P *, or care au că au o problemă. Desigur durerea din «T* und neagă şi a copiilor condur, ™ l – r, ea din ºC „partenerului mele de sW.ale ban Hlui” ’3 C°°lului P-ble-furtşarea sau grandomanii T* energia risipite pe alcool, vreau” zoJZZ™ – ” drept” Iu, meu de a face ce „tag. ce: „Nu am °U

că acoduuro Toairc-Sr”-m-Cale „re a «™a

Ie încheiate pemn del. „,! CÂft8 a bani (asigurări-recuperare) eu consid – a „iez-0 r» programele de caralogăt-S0**

grav organismul şi creează den A?! C Care afectează „fluenţe, iar oamenii au plbuă” 7” gul celor 25 de mi-A» JI –, §e De a Iunmăcar un singur fost alcoolici” ” am ” ” nici că decizia de! nu în fb°, («The ™

Pierii de Dumnezeu) a fi, T” 3 «m aprobă se oprească – Aio a kă b „lfl ” 1 voinţă, energie şi tărie citaract * ™d*c’ a? a – P”.

unoi-oarneni di” partea relaţiile cu partener i lor, P pentru că VOR să rupă me atât de

pornografia şi promiscuitatea. Vnovtia poeoi dr°SUri» – na apare din cauza 3

lor, care numesc aceste comportamente boli (dependenţe) şi nu defecte de caracter (în privinţa cărora este mult mai dificil să emiţi judecăţi de valoare). Din cauza acestor prostii, foarte mulţi oameni cumsecade au căzut în capcana unor

sentimente greşite de vinovăţie, imaginându-şi că sunt lipsiţi de sensibilitate dacă iau hotărârea de a-şi paraşi partenerii. Este o greşeală, o injusteţe şi o cruzime.

Pornografia

„Nh credeam cape dumneavoastră vă preocupă această chestiune şi că o consideraţi o problemă. În ultima vreme, eu şi soţia mea nu am mai fost prea intimi, aşa că mă uit la poze ca să îmi amintesc de ceea ce îmi lipseşte, dar care încă există şi sper că mă voi putea bucura din nou de acest lucru, într-o bună zi. Nu contribui financiar la dezvoltarea industriei pornografice sau la exploatarea acelor femei, pentru că nu mă duc pe site-urile de pe Internet unde trebuie să plăteşti, ci doar pe cele gratuite. Iar dorinţa bărbaţilor de a vedea femei dezbrăcate este nu numai firească, ci şi acceptată de societate. În plus, de ce nu consideraţi această preocupare doar ca pe ceva cu care «să-ţi pierzi timpul» sau ca pe un «hobby»?”

Am primit aceste rânduri de la un bărbat care îşi justifica astfel pasiunea pentru pornografie pe Internet.

Opinia mea este că, indiferent de formele pe care le poate lua, atenţia acordată trupului sau vieţii unei alte persoane atunci când ai deja o relaţie este abuzivă şi este o formă de ameninţare pentru integritatea relaţiei; ne permite să ne îndepărtăm atenţia şi emoţiile de la iubirea şi obligaţiile faţă de familie. Niciun fel de justificări nu schimbă acest adevăr.

În fond, este destul de rău dacă nu recunoşti că ai un comportament nociv şi deranjant. Însă este şi mai rău dacă îţi acuzi partenerul că este obtuz, neînţelegător, prost, insensibil sau chiar răspunzător pentru comportamentul tău.

E din vina TA

Unul dintre cele mai perfide pretexte este să acuzi victima comportamentului tău că este responsabilă de purtarea ta. De exemplu: „Eu nu sunt încăpăţânat, numai că tu nu înţelegi.

O ascultătoare scria: „Când vorbeşte cu mine, încerc să tac din gură. Altfel, l-aş repezi sau aş încerca să mă apăr deoarece sunt foarte încăpăţânată”.

Un alt pretext care aruncă vina pe celălalt este următorul: „Nu sunt răzbunător, dar m-ai rănit. * Acest pretext a dus la destrămarea căsniciei unei ascultătoare:

„Comportamentul meu răzbunător a fost unul dintre lucrurile care mi-au distrus prima căsnicie – iar acum trebuie să mă lupt cu el ca să nu se instaleze în mariajul actual. Dacă soţul meu nu face un lucru despre care cred eu că ar trebui să-l facă, de exemplu să-mi spele maşina, intenţionat nu fac nici eu ceea ce ar trebui să fac pentru el, cum ar) i să-l pregătesc micul dejun duminică dimineaţa. Totul semtimpla în mintea mea, iar el nici măcar nu bănuieşte ca sunt furioasă”.

Evident, aceste chestiuni reprezintă încercări de mani-testare a voinţei proprii şi refuzul de a comunica sau de a accepta realitatea că acum „eu” a devenit „noi” şi trebuie

S, inrl Ont° aţă Persoana» cu un trecut, opinii şi voinţa diferite.

Cel mai direct mod de a arunca vina pe partener pentru comportamentul tău este să faci exact următorul lucru:

„Uneori» fiind soţul meu mă jigneşte (târfă nenorocită), meearca, de fapt, să se dezvinovăţească şi să arunce vina pe umerii mei. Spune că dacă eu nu aş fi spus sau nu aş fi făcut cutare lucru, atunci n-ar mai fi trebuit să folosească astfel de cuvinte. Chiar

spune că este vina mea şi că eu i-am obligat să mă jignească”.

Cei care sunt violenţi fizic se folosesc de aceeaşi scuză întotdeauna le reamintesc celor doi parteneri aflaţi în conflict ca oricine poate să declanşeze un impuls, cu sau fără intenţie, însă impulsul nu trebuie să dicteze o reacţie auto-mată. Dacă reacţia unei persoane este automată, tipică şi devine un reflexatunci este o manifestare a caracterului propriu, nu a provocării celuilalt. În cele din urmă, fiecare este responsabil pentru acţiunile pe care alege să le facă; nu vă lăsaţi convins de nimeni şi nimic că lucrurile ar putea sta invers.

Suntem chit

„Cea mai stupidă justificare pe care am auzit-o (şi folosit-o) vreodată este următoarea: «Am făcut acest lucru fiindcă şi tu ai făcut cutare luau,» Eu şi soţul meu am irosit ani întregi jucându-ne de-a «ochi pentru ochi şi dinte pentru dinte», când am fi putut să ne folosim mai bine timpul, iubindu-ne şi protejându-ne unul pe altul. Din fericire, am realizat la timp şi am început să «inter acţionăm», în loc să mai «reacţionăm» şi, în consecinţă, ultimii doi ani au fost de departe cei mai reuşiţi dintre cei 20 pe care îi numără căsnicia noastră”.

Jocul de-a „ochi pentru ochi şi dinte pentru dinte este, în mod evident, copilăresc şi cu siguranţă distructiv. Atunci de ce noi, adulţii, îl jucăm? Din cauză că ne simţim ofensaţi. Când cei pe care îi iubim fac (sau nu fac) ceva care contribuie la convingerea că nu ne iubesc, îi facem să sufere pentru că ne-au făcut să suferim – imaginându-ne oare că în felul acesta îi vom face să ne iubească mai mult? Mă îndoiesc.

Dexteritate

Magicienii se pricep foarte bine să ne distragă

atenţia. Foarte subtil, ei ne abat atenţia de la acţiunea care creează iluzia că s-a întâmplat ceva magic. Copiii mici utilizează aceeaşi metodă atunci când arată cu degetul către un obiect îndepărtat, în timp ce încearcă disperaţi să scuture firimiturile prăjiturii pe care au mâncat-o înainte de masă şi care le-au rămas pe bărbie. Ca adulţi, se aşteaptă de la noi să ne recunoaştem greşelile şi să ne confruntăm cu agoniile noastre cu ceva mai mult curaj – mai ales faţă de persoana în care se presupune că avem cea mai mare încredere: soţul sau soţia.

O ascultătoare mi-a scris cât de oripilată a fost când a aflat, adultă fund, că tatăl ei molestase copii:

Când am aflat am fost distrusă, pe mai multe planuri. Mi-am îndreptat furia către soţul meu, pentru că el este o victimă uşoară şi, astfel, evitam să mă confrunt cu furia pe care o simţeam faţă de tatăl meu. Am apelat la un terapeut, iar acum încerc să mă vindec. Cred că aruncăm pe umeru partenerilor o mare parte din vină, când apar probleme care au legătură cu alţii sau chiar cu noi înşine”.

Are dreptate. Ironic este faptul că, deoarece lângă parteneri ne simţim cel mai în siguranţă, scoatem fum pe nări şi vărsăm pe ei valuri de furie destinată unor oameni sau locuri mai puţin sigure, şi tocmai această siguranţă este pretextul care ne justifică acţiunile. Când această ascultătoare se va confrunta cu tatăl ei, va fi nevoită să renunţe la o mare parte a trecutului ei – ceea ce a evitat să facă până acum prin faptul că şi-a vărsat furia pe soţ.

De multe ori nici nu este vorba de furia care ricoşează dintr-o terţă persoană în partener, ci numai de propria incapacitate de a ne asuma responsabilitatea pentru greşelile pe care le-am comis.

— Atitudinea: mea nu mă face fericită, ba chiar îmi displace; atunci când mă înfurii pe soţul meu, în timpul unei discuţii, încep să ţip şi să urlu. De obicei se întâmplă atunci când eu am dreptate, iar soţul meu, încercând să iasă victorios, îmi atinge punctele sensibile şi îmi declanşează furia. El mă provoacă, iar justificarea mea este faptul că el a atins un punct sensibil şi că m-am înfuriat. Astfel, el nu mai este nevoit să recunoască vreo greşeală sau să accepte că ar trebui să schimbe ceva, deoarece a reuşit să demonstreze că şi eu trebuie să schimb ceva”.

Deşi dexteritatea lui este o strategie isteaţă, soţia are armele potrivite: trebuie să decupleze butonul pe care apasă soţul ca să îi declanşeze furia şi, astfel, lui nu-i va mai rămâne decât să se confrunte cu el însuşi.

nu se termină niciodată

„Regret că am permis furiei pe care am acumulat-o aproape să îmi distrugă mariajul. Totuşi, mă bucur că am reuşit să trecem peste clipele grele şi să mergem mai departe. „Acesta este finalul fericit al unei poveşti care, în cazul multor oameni, are un sfârşit diferit. Povestea a fost în felul următor: soţul a făcut un lucru care i-a provocat soţiei multă suferinţă, însă el s-a căit şi a vrut să îşi salveze căsnicia. Totuşi, „eram foarte furioasă când mă gândeam prin ce m-a făcut să trec şi aveam sentimentul că îmi este «dator vândut» pentru câtă suferinţă mi-a provocat”.

De fiecare dată le reamintesc cuplurilor sau indivizilor că este firesc şi previzibil ca suferinţa să persiste o vreme după ce a avut loc o agresiune a partenerului sau a relaţiei. Odată ce ţi-ai luat din nou angajamentul să accepţi persoana care te-a rănit şi eşti hotărât să faci tot posibilul pentru ca relaţia să meargă, răzbunarea şi pedepsele trebuie lăsate

deoparte. Altfel, rezultatul dorit – îmbunătăţirea relaţiei – nu va apărea prea curând. Folosirea pretextului „m-ai rănit”, deşi aveţi dreptate să afirmaţi acest lucru, este nocivă, pentru planurile de reconstrucţie a relaţiei. Vine o vreme când trebuie să renunţaţi la mânie şi la comportamentele pe care le provoacă ea.

Mu sunt justificări – sunt valorile mele

„ZSmt H.n veteran al războiului din Vietnam. Am fost căsătorit de două ori. La un moment dat, am avut foarte multe relaţii sexuale întâmplătoare – nu în timpul căsniciei Acum ma întâlnesc cu o doamnă la care ţin mult. Ascult cu regularitate emisiunea dumneavoastră şi sunt de acord cu majoritatea subiectelor. Am cinzeci şi ceva de ani şi consider ca avertismentele dumneavoastră în legătură cu sexul în afara căsătoriei sunt valabile pentru oricine, nu numai pentru adolescenţi.

Prietena mea însă nu este de acord la. subliniază faptul că noi suntem adulţi... Eu aş dori să vă ascult sfaturile pentru că acestea sunt convingerile mele.

netena mea vrea un răspuns cât se poate de repede. Ea considera ca moralitatea este un pretext stupid”.

Notă: Nu este deloc o idee bună să primeşti în viaţa ta o persoană care crede că valorile tale esenţiale sunt doar nişte justificări. Valorile în care crede un om nu sunt niciodată justificări, ci motive valide. Prietena acestui omn este lipsită de respect, autoritară şi egoistă. (Mergeţi direct la capitolul 9: Nepotrivire stupidă!)

1

Povestea cireşului tăiat este una dintre numeroasele legende care îl au drept erou pe carismaticul preşedinte american. La întrebarea

tatălui său, „Cine a tăiat cireşul?”, micul George Washington a răspuns: „Tată, nu pot să mint. Eu am tăiat cireşul” (N. trad.)

2

În orig. (engl.) s-a folosit expresia politically corect – conform normelor politico-sociale de nediscriminare. (N. trad.)

3

În orig. (engl.) s-a folosit expresia Presidential pardons, care se referă la dreptul Preşedintelui S.U.A., stipulat în Constituţie, articolul II, de a amâna sau de a anula pedepsirea ofenselor aduse Statelor Unite. (N. trad.)

8

Legături stupide

De curând, la o petrecere a firmei, m-am ameţit binesi am avut o legătură aproape sexuală cu fiica în vârsta de 19 ani a şefului meu.

Eu am 54 de ani, o căsnicie foarte fericită fi un jiucare este, întâmplător, iubitul domnişoarei în cauză.

Nu iau prea serios în considerare ceea ce s-a în timp lat, deoarece ea a fost cea care mi-a făcut sex oral de vreo, două ori, iar eu nu am făcut decât să o mingii cu tandreţe. Ceea ce mă deranjează la această legătură este aptul ca, probabil, aş fi putut face o mare greşeala.

Aproape că mi-am înşelat soţia, aproape că mi-am trfat lui şi şeful şi am fost pe punctul de a face din mine un idă bea t care s-a încurcat cu o tânără pe care o consider o prietenă draga a familiei noastre.

Un ascultător’s»

— o

I taţi să recapitulăm: acest domn s-a îmbătat, a avut relaţii sexuale cu fiica şefului, care este în acelaşi timp iubita fiului, şi-a încălcat jurămintele de credinţa

faţa de soţie şi crede că aproape a făcut ceva răm Cât de „clintonian”! Cât de grotesc! Şi, din păcate, cât de obişnuit în zilele noastre! se în climatul moral actual, unde aerul se rarefiază odată cu trecerea timpului, nu odată cu creşterea altitudinii numeroşi oameni se referă la ceea ce altădată ar fi fost afronturi directe aduse jurămintelor lor maritale ca fund nişte acţiuni „doar” sau „aproape inocente” sau greşit înţe e-se” sau „rezonabile” sau „necesare sau chiar „dreptul lor”. De asemenea, după modul lor de gândire, ei consideră că nu au făcut nimic rău dacă au divizat o definiţie în particule submoleculare; dacă nu a fost un contact sexua care să ducă la orgasm, argumentează ei, înseamnă că nu a fost sex. Vai de mine, să fim serioşi!

Trebuie clarificat următorul lucru: simplul fapt de a te pune într-o situaţie compromiţătoare înseamnă o încălcare a jurammtelor de credinţă care provoacă suferinţă, confuzie ş, neîncredere acolo unde ar trebui să fie un spaţiu privilegiat – relaţia maritală.

În schimb, primesc telefoane de la femei care merg noaptea în baruri ca să danseze şi să bea fără soţii lor, de la soţ. sau logodnici care merg în cluburi de striptease şi ţin fetele pe genunchi la petrecerile burlacilor, de la parteneri care călătoresc singur, sau ies seara în oraş cu membri ai sexulu. opus sub pretextul „afacerilor”, de la parteneri care merg zilnic în aceeaşi maşină cu persoane de sex opus necăsătorite sau nefericite în căsătorie, de la bărbaţi/femei care, fără ştirea partenerilor, „ajută” alte femei/alţi bărbaţi necăsătoriţi să îşi rezolve problemele gospodăreşti sau sentimentale, mentmând prieteniile cu „foşti” iubiţi/iubite, participind la activităţi şi hobbyuri împreună cu alţi oameni din afara familiei, având relaţii pe Internet, flirtând

prosteştede faţă cu soţul/soţia, mergând în vacanţă cu prietenii în staţiunile de tineret şi având tot felul de astfel de comportamente care sunt nocive şi distructive pentru intimitate, încredere şi iubire, chiar dacă oamenii neagă adevărul cu aceeaşi furie cu care muşcă un câine Pitbull Mai mult chiar, aceste comportamente sunt de-a dreptul crude. Fie şi numai încercarea de a justifica un comportament care îţi răneşte partenerul înseamnă, de fapt să nu dai doi bani pe soţ/soţie. Îmi place la nebunie când mă suna un tip sau o t. pă care se plânge de cât de absurd este partenerul, care reacţionează exagerat în privinţa prieteme! inocente pe care el/ea o are cu o persoană de sex opus.

md 11 confrunt pe aceşti oameni cu ceea ce este de fapt alegerea unei persoane care nu ar trebui să conteze prea mult în comparaţie cu persoana pe care se presupune că o iubesc, o preţuiesc şi o apără, răspunsul lor este de obicei o tăcere plină de frustrare sau un protest în numele drepturile lor (de a se juca) în faţa opresiunii (jurammtelor de credinţă, obligaţiilor şi decenţei, pur şi simplu).

În acest moment, partenerul vinovat devine şi mai agresiv. Reacţia lor tipică este să adauge acid sulfuric pe rană atunci când sunt luaţi la întrebări de către partenerul rănit şi confuz. Când ascultătorii mei îmi povestesc despre comportamentele supărătoare ale partenerilor, de obicei spun ceva de genul: „Vreau doar să ştiu dacă e corect ce spun sau exagerez. Este în regulă dacă el/ea...? refemdu-se la unul dintre comportamentele de mai sus.

În general, răspunsul meu este: „Nu, acest comportament este în mod flagrant nepotrivit pentru o persoană căsătorită/logodită. Ar trebui să vă daţi seama şi singur. De ce credeţi că ar trebui să mă

întrebaţi pe mine sau o terţa persoană ce părere are? De ce nu aveţi încredere în opinia dumneavoastră?”

Păi… pentru că el/ea spune…

„Staţi o clipă! Daţi-mi voie să ghicesc. El/ea spune: «Te înşeli», «Nu înseamnă nimic», «Exagerezi», «Nu eşti sigur/ă pe tine», «Eşti posesiv/ă», «Eşti imatur/ă».

«Nu eşti fericit/ă şi încerci să mă tragi şi pe mine în jos», sau ceva asemănător. Aşa este?

„Cum de ştiţi? Parcă v-aţi fi ascuns şi aţi fi tras cu urechea la mine în casă!

„Doar pentru că, dragii mei, aşa vorbesc toţi oamenii care îşi rănesc partenerii intenţionat. Este modul lor de a scăpa de orice urmă de vinovăţie; astfel reuşesc să vă facă să vă retrageţi, să vă ţineţi gura şi să îi lăsaţi să facă ceea ce le dictează egoismul lor; într-un fel sau altul, ei singuri şi-au făcut rost de argumente pentru a se convinge că au dreptul să se comporte astfel”.

Bineînţeles, nu este deloc neobişnuit ca aceşti răufăcători să se prăbuşească în cele din urmă într-un morman de implorări, cerşindu-vă iertare pentru că „şi-au pierdu capul „au avut o clipă de rătăcire” sau folosesc scuza şi în acelaşi timp, litota* mea favorită: „au făcut o greşeală”! După care primesc telefoanele care mă întristează: „Sunt ob igat să il/ojert?” sau „I-am acceptat scuzele, însă nu mai pot să am încredere, nu pot să uit, nu pot să trec peste nu mai pot să îl/o iubesc. Aşadar, ce să fac?”

Iată care sunt alternativele: rămâneţi în relaţie şi suferiţi ramincţi şi înnebuniţi, rămâneţi şi vă rugaţi la Dumnezeu rămâneţi ş, cereţi ca lucrurile să se schimbe, asumându-vă riscurile, sau plecaţi.

Iubirea nu ar trebui să doară

Cum poţi spune că iubeşti o persoană şi că îţi

pasă din moment ce 11 provoci durere, nesiguranţă, disconfort, nelinişte şi o Jigneşti? Dar staţi puţin, ştiu răspunsul: nu o iubeşti. Dacă găseşti justificări pentru comportamentele care în mod ceruţi demoralizează partenerul şi îl fac să suere, faci acest lucru pentru liniştea proprie; aceasta nu este iubire, ci abuz psihologic. Iată cum stau lucrurile-daca acţiunile dumneavoastră le provoacă suferinţă celor pe care n iubiţi, aceste acţiuniTÂnT-grestre Thmet

„Iubirea este un sentiment care se bazează pe credinţa într-un angajament luat, nu pe fluxul şi refluxul emoţiilor emoţia de a te simţ. copleşitor de atras faţă de cineva, în special dacă este vorba de atracţie fizică, dacă tremuri din poate încheieturile când acea persoană intră în încăpere sau când te gândeşti la ea, este fragilă, intermitentă şi foarte uşor de dat la o parte de alte trăiri, cum ar fi plictiseala, deprimarea problemele de sănătate, financiare sau familiale, necazurile şi aşa mai departe. Simţul răspunderii impus de seriozitatea angajamentului luat este cel care te impulsio1

neazăsă ai un comportament sănătos în loc să te laşi dus de valul „sentimentului de iubire”.

Şi, chiar mai important, tocmai comportamentele pline de afecţiune sunt cele care ne ajută să stimulăm şi să menţinem „sentimentele de iubire. Chiar aşa este. Comportamentele dumneavoastră vă influenţează în mare parte sentimentele. Dacă vreţi o dovadă, amintiţi-vă de momentele când v-aţi simţit dărâmat, însă v-aţi îmbrăcat la patru ace, v-aţi îndreptat coloana vertebrală şi aţi mers înainte – simplul fapt de a vă comporta optimist şi încrezător v-a făcut să vă intensificaţi trăirile pozitive. La fel stau lucrurile când vine vorba de intimitate; comportamentele drăgăstoase declanşează

sentimentele pozitive faţa de partener şi generează reacţiile pozitive ale acestuia, ceea ce va face să vă simţiţi şi mai bine şi mai apropiaţi.

Mda, dar eu vreau emoţii rapide şi „murdare”.

„Eram proaspătă mămică şi simţeam că mariajul mă dă gata. Mi-am pus speranţele într-o persoană din afara căsniciei, despre care am crezut că îmi va aduce emoţiile pe care nu le simţeam în căsnicie.

Mi-a luat trei ani ca să înţeleg că iarba dintr-o alta curte era nu doar mai verde, dar şi mult mai amarăsunt recunoscătoare pentru faptul că fiica mea are un tată care a fost suficient de înţelept ca să ştie că soţia lui se va trezi la realitate/, –

Această scrisoare este tipică, atât pentru «arbaţii, cât şi pentru femeile care îşi dau seama că a fi căsătorit şi a avea un copil nu este experienţa fantastică la care speraseră. Cu ajutorul maturităţii, angajamentelor şi comunicării, oamenii reuşesc să obţină maximum de satisfacţie din încercările, greutăţile şi dezamăgirile vieţii. Dacă nu exista maturitate, angajamente şi comunicare, oamenii vor căuta soluţii pentru a se simţi mai bine, în loc să facă în aşa fel încât lucrurile să meargă mai bine.

Pentru unii, soluţia constă în consumul de droguri şi alcool. Alţii preferă să se îndepărteze de probleme şi astfel comit greşeli. Pentru alţii, o relaţie clandestină le oferă din nou emoţiile fantastice după care tânjesc. Nu toţi cei care intra în ultima categorie îşi dau seama de ceea ce îşi doresc. Cel mai adesea, „făptaşul” îşi aduce singur argumente pentru faptul că relaţia extraconjugală este doar un flirt inocent sau o prietenie care îi permite să se relaxeze aşa cum nu reuşeşte acasă, cu un copil care are colici, un partener obosit sau o maşină de spălat stricată.

Oricum aţi încerca să întoarceţi lucrurile,

adevărul este că acest comportament este egoist, condamnabil (vezi A Şaptea Poruncă din Biblie), nu rezolvă adevăratele probleme şi este o situaţie în care toată lumea riscă să piardă tot.

De curând, am primit în timpul emisiunii un telefon de la un bărbat care a recunoscut că nu a dat dovadă de maturitate în căsnicie. De câteva luni, soţia şi copilul locuiau în casa socrilor lui. Mi-a mărturisit faptul că se despărţiseră temporar numai ca să se poată gândi în linişte la problemele lor şi aveau intenţia să se împace şi să îşi refacă mariaju. Evident, în fiecare zi vorbeau la telefon despre problemele lor. Se pare că amândoi fuseseră petrecăreţi înainte de căsătorie (imaturi şi superficiali), şi chiar până la naşterea copilului. Ea s-a maturizat ca să poată face faţă greutăţilor iar el era foarte supărat din cauză că soţia nu mai era deloc „distractivă". El a continuat să fie „distractiv, mergând în baruri cu prietenii. Ea l-a părăsit. El o vrea înapoi.

„M-a sunat să îmi spună că simţise nevoia unei companii feminine, aşa că s-a încurcat cu o femeie pe care a invitat-o acasă (!), la cină (ea a gătit) şi la o partidă de sex.

I-am spus că, într-adevăr, nu se schimbase niciun pic în timpul acestei perioade de „reflecţie" pentru că încă îşi oi ea satisfacţii imediate, el mi-a răspuns că voia să pună punct relaţiei extraconjugale, însă femeia respectivă se făcea că nu înţelege. Iar acum fiţi atenţi: amanta sunase la uşa lui cu câteva minute înainte să mă sune pe mine, iar el o poftise înăuntru.

I-am spus că eram uluită de faptul că a putut să aibă astfel de „activităţi" în căminul conjugal şi că îşi primea chiar şi acum amanta în casă. Părea „neajutorat –, neştiind ce să facă, pentru motivul că începuse o „relaţie cu această femeie. I-am sugerat să

o conducă până la uşă şi să îi spună să nu îl mai caute niciodată, altfel o va reclama la poliţie pentru hărţuire. Nu ştiu dacă mi-a ascultat sau nu ultima sugestie. I-am mai spus că nu avea nicio altă soluţie decât să îi mărturisească soţiei ce se întâmplase – mai ales pentru că amanta nu voia să renunţe.

Parcă era scenariul filmului Atracţie fatală!

Iar dacă în cauză nu este o amantă care nu vrea să renunţe, atunci este o sarcină, o tentativă de suicid, un şantaj, o boală venerică, o umilire publică a partenerului şi copiilor, afectarea legăturilor familiale, conflicte legale şi financiare, copii demoralizaţi, care îşi pierd sentimentul de siguranţă, încrederea şi respectul faţă de părinţi şi căsătorie. Este cât se poate de murdar, trebuie să recunoaşteţi.

În visele tale

Din experienţa pe care am acumulat-o în timpul emisiunilor de radio, pot spune că este o tendinţă specifică femeilor să viseze şi să aibă fantezii cu un fost iubit atunci când devin vizibile realităţile vieţii şi apar responsabilităţile de adult, la câteva minute sau la câţiva ani după luna de miere. O ascultătoare spunea: „Ăă, am o întrebare. M-am căsătorit acum şase ani şi încă mai am, uneori, destul de rar, cam o dată pe lună, fantezii cu un fost iubit al meu.

„Am înţeles. Acum, spune-mi, te rog, când ai început să ai aceste fantezii şi ce s-a întâmplat între timp?

„Păi, cred că, ăă, nu ştiu… Ia vreo şase luni după ce m-am căsătorit, deci acum vreo cinci ani”.

„! n cele vase un căsătorie, ai aflat ceva despre viaţa, căsnicie şi dragoste care nu ţi-a plăcut. Ce anume?”

„Păi, libertatea. Libertatea s-a dus şi, după şase luni dispare şi entuziasmul de la început. Sau mai bine

zis, noutatea. Şi bănuiesc că am vrut din nou ceva inedit. Sau emoţia pe care ţi-o dă un flirt.

Mă întrebam dacă ar fi o idee bună să scriu un jurnal, ca să îmi pot înţelege mai bine sentimentele”.

„Atât voiai să mă întrebi? Dacă ar fi bine să începi un jurnal? Comportamentul tău este tipic pentru femei şi, pentru că şi eu sunt femeie, îţi pot spune că dacă visezi cu ochii deschişi, ţii un jurnal, vorbeşti cu prietenele tale

toate acestea îţi dau sentimentul că faci ceva, însă nu sunt decât forme de a evita să te confrunţi cu miezul problemei”.

„Aşadar, ce aş putea face ca să mă confrunt cu problema mea?” r

„Iată o întrebare bună, ai pus punctul pe i. Ca să te confrunţi cu problema ta trebuie să înţelegi că la începutul căsniciei ai văzut numai partea distractivă a lucrurilor, apoi viaţa ţi-a scos în cale probleme, iar acum trebuie să mergi la farmacie să cumperi medicamente antidiareice pentru bebeluş, să achiţi facturi şi tot felul de alte lucruri care nu mai sunt la fel de distractive. Însă, cu siguranţă, lucrurile nu vor sta niciodată altfel, decât dacă divorţezi o dată la fiecare şase luni de fiecare bărbat cu care te căsătoreşti. Ai devenit leneşă în relaţia pe care o ai şi te aştepţi ca emoţiile să vină de undeva şi să te ia pe sus, sau ai pretenţia ca soţul tău să îţi creeze atmosfera fantastică la care visezi. Tu, personal, ce ai făcut ca să ai o relaţie plină de căldură, iubire şi sens

— În afară de faptul că scrii despre cât de nefericită eşti şi ai fantezii cu Făt-Frumos?”

„Aveţi dreptate. Nu m-am gândit la asta”.

Este firesc ca relaţiile să se lupte cu realitatea. Însă ceea ce a ajuns să fie normal, deşi este o greşeală scandaloasă, este să îţi încâlci jurămintele şi

legământele de credinţă ca să „te simţi bine”. Le-am sugerat o doză de medicamente antidepresive multor oameni care cred că a avea o viaţă bună înseamnă să pluteşti permanent pe noiişori roz. În realitate, adevărata fericire este o experienţă mult mai emoţionantă decât să pluteşti pe norişori roz, însă ea se câştigă odată cu timpul şi maturizarea în profunzime. Nu fiţi unul dintre cei mulţi care caută permanent sânul cu

Clapte al mamei din perioada când erau sugari. Cea mai mare parte a valorii, sensului şi scopului unei vieţi apare atunci când dăruieşti... nu atunci când simţi.

Înapoi în trecut

O ascultătoare scria:

„Soţul meu nu crede că este ceva nefiresc în faptul că este prieten cu foste iubite sau foste soţii... de mai bine de 20 de ani. Ar trebui să nu mă supăr şi să accept să ia cina în oraş cu prietenele lui! De asemenea, ca să vă faceţi o idee, pentru mine este cea de-a treia căsătorie, pentru el cea de-a patra.”...

Vă daţi seama că aceşti doi oameni au şapte căsnicii între ei? Vă daţi seama că vor spori numărul lor în următorii câţiva ani? Şi iată şi motivul: ea se teme de vulnerabilitatea pe care ţi-o dă intimitatea, aşadar, s-a căsătorit numai cu bărbaţi care nu pot fi intimi, nefiind astfel obligată să privească în adâncul sufletului ei atunci când se confruntă cu ceva atât de real şi de evident; el se teme de aceeaşi vulnerabilitate pe care o presupune intimitatea, aşa că păstrează numeroase prietenii superficiale cu femeile din viaţa lui, astfel încât să nu fie nevoit să accepte că are o problemă. Cât despre clubul fostelor iubite, unii oameni sunt ca nişte flăcări – tânjesc după prezenţa constantă a fluturilor care roiesc în jurul luminii. Ceea

ce nu pot trăi în profunzime compensează prin cantitate. Iar femeilor care intră în jocul lor le place pur şi simplu să se simtă flatate. O potrivire demnă de purgatoriu!

— Toate întoarcerile la trecut reprezintă superficialitate în privinţa intimităţii. Uneori este vorba de refacerea orgoliului, care adesea merge mână în mână cu o formă specială de răzbunare.

„M-am îndrăgostit pruna dată în viaţa mea când eram eram studentă. Relaţia noastră a scăpat de sub control şi am ajuns să avem relaţii sexuale. El şi-a terminat facultatea şi a plecat, lăsându-mi impresia că se va întoarce după mine. Anu au trecut tot aşteptându-l să se întoarcă şi refuzând să mă mai întâlnesc cu altcineva. După mai mulţi ani, mi-a mărturisit că avea o relaţie cu una dintre prietenele mele şi că noi doi nu mai aveam niciun viitor împreună. Dar eu, proasta de mine, încă mă mai agăţam de iluzia unei poveşti de dragoste. După ce am terminat facultatea, am cunoscut un tânăr – frumos, sufletist, sincer, inteligent. Apoi, miracolul s-a întâmplat. Vechiul meu prieten m-a sunat. Voia să fim din nou împreună.

I-am spus că sunt de acord, dar, de fapt, planurile mele erau altele. Voiam să îl fac să se îndrăgostească din nou de mine pentru ca apoi să îifrâng inima părăsindu-l la fel cum inu făcuse şi el. Noul meu iubit a fost foarte supărat când a aflat că am reluat vechea relaţie, mi-a spus că mă iubeşte şi vi ea să ne căsătorim, dar că eu aş fi compromis siguranţa relaţiei noastre dacă aş fi continuat să mă văd cu fostul meu iubit.

Am pus capăt jocului. I-am trimis fostului un ultim mesaj prin poşta electronică şi i-am spus să nu îmi mai scrie sau să mă sune. Acum, când am o relaţie

sănătoasă şi stabi-a, îşi imaginează că o să las totul de dragul lui – nici nu mă gândesc! Între noi totul s-a terminat”.

În realitate, ascultătoarea mea a fost foarte aproape să piardă partea sănătoasă a vieţii ei, ca să îşi „Vindece” orgo-iul rănit. Am văzut atât de mulţi oameni care au căzut în această capcană! Ei îşi sacrifică dezvoltarea morală şi maturitatea actuală de dragul posibilităţii de a şterge un abandon din trecutul lor. Dacă vor reuşi să o facă pe acea pe-soană să îi iubească în cele din urmă, atunci vor putea fi mulţumiţi, împliniţi, fără pată, sau mai ştiu eu cum.

Adevărul este că implicarea unei anumite persoane, sau lipsa acestei implicări, nu este un indicator al valorii unui om. Iar respectul de sine se câştigă mult mai greu, tocmai de aceea oamenii aleg o cale mai uşoară. Reţineţi că soluţiile mai uşoare sunt întotdeauna mai puţin valoroase şi cer un preţ greu de plătit.

Luaţi aminte – şi nu vă mai purtaţi atât de prosteşte!

Vai, ce-mi place când oamenii încearcă să-mi vândă gogoşi, spunându-mi că interesele lor extraconjugale sunt perfect oneste; dar oare merită ca pentru această onestitate să îţi distrugi căsnicia? „Păi… nu… dar” – cam aşa sună răspunsul lor inconsistent.

Iată un exemplu mai mult decât reprezentativ. Din fericire, are un final mai fericit decât majoritatea situaţiilor de acest gen:

„Am început să observ că soţul meu făcea foarte multe lucruri pentru familia prietenei mele, în schimb nu făcea mai nimic pentru familia noastră. Am început să îmi dau seama ce fel de mamă era prietena mea, cum se îmbrăca şi cum vorbea în prezenţa soţului

meu. În niciun caz nu-mi era prietenă! Era genul de femeie despre care mă avertizase întotdeauna mama mea. Acel gen de persoană căreia îi place ceea ce ai tu şi încearcă să ţi-l ia. I-am spus soţului meu prin ce treceam şi că trebuia să ne descotorosim de ea ca de un sac de cartofi stricaţi.

Ei bine, sigur că el mi-a spus că mi-am pierdut minţile. La câteva săptămâni după ce îi mărturisisem temerile mele, ea s-a hotărât să se mute mai aproape de fostul soţ, pentru binele copilului. Vezi să nu! Oricum, soţul meu i-a promis că o va ajuta cu mutatul. În regulă – cu cât mai repede, cu atât mai bine. Şi acum urmează cea mai grozavă parte a poveştii. Într-o zi, soţul meu se întoarce acasă furios la culme. Ea îi făcuse avansuri. Soţul meu era scârbit şi regreta faptul că nu m-a crezut. Cel puţin, ea a ieşit din vieţile noastre fără ca nimeni să verse vreo lacrimă”.

Eu mă îndoiesc de faptul că el nu a văzut ceea ce observase soţia lui. Cred că, de fapt, îi plăcea să facă pe eroul ajutând-o pe „prietenă”, în timp ce acasă „ajutorul” lui nu însemna decât ceea ce era de datoria lui să facă. Cred că flirtul cu ea l-a făcut să se simtă mai „bărbat” şi mai dorit, în timp ce acasă dorinţa de-abia dacă mai apărea vreodată. Cred că se îndrepta către justificarea: „Nu am intenţionat niciodată să se ajungă la…” Din fericire, conştiinţa lui l-a adus cu picioarele pe pământ.

Morala poveştii este că nu trebuie să vă puneţi niciodată într-o situaţie care ar putea în cele din urmă să vă compromită. O astfel de situaţie este să fiţi singur cu o persoană de sex opus sub pretextul că sunteţi doar prieteni, doar parteneri de afaceri, doar staţi de vorbă, doar luaţi masa împreun, doar mergeţi la serviciu cu aceeaşi maşină, doar orice. este o certitudine faptul că apropierea este pericu—loasă

prin ea însăşi, deoarece oferă o oportunitate pentru \ ca sentimentele nepotrivite să evolueze. Dacă vreţi să dovediţi respect pentru jurămintele de credinţă şi pentru căsnicia dumneavoastră, evitaţi astfel de situaţii.

Probabil că veţi fi nevoit să faceţi anumite sacrificii – dar cât valorează onoarea şi căsnicia dumneavoastră? În anul 2000, a avut loc un eveniment extrem de mediatizat care se referea la acelaşi lucru. Un ofiţer de armată, cu experienţă şi multe decoraţii, a refuzat să împartă un spaţiu restrâns cu o femeie-ofiţer. El a invocat convingerile lui religioase (catolice) şi jurămintele lui de credinţă faţă de căsătorie ca motive pentru a i se încredinţa o altă misiune sau pentru a îndeplini misiunea alături de un bărbat. Deoarece în zilele noastre corectitudinea politica" este la mare preţ, acest ofiţer a fost aspru pedepsit, iar dosarul lui a fost terfelit în noroi. Este finalul scandalos al unei situaţii care ar fi putut să fie rezolvată cu respect. Din nefericire, singura intoleranţă acceptată în societatea contemporană este intoleranţa faţă de convingerile religioase.

Caracterul, conştiinţa şi căsnicia ofiţerului au rămas intacte. Întâmplător, dacă pedepsirea oamenilor pentru că nu îşi pot îndeplini sarcinile din motive personale ar fi o procedură militară standard, mult mai puţine femei ar fi scutite de efectuarea stagiului militar din cauză ca sunt însărcinate.

Simt nevoia ca cineva să aibă nevoie de mine – vreau să fiu bunul samaritean

Fanteziile romantice sau sexuale nu sunt singurele motivaţii din spatele „legăturilor stupide 2 – aceste relaţii imorale şi nesănătoase care distrug intimitatea conjugala. Nevoia unilaterală de a se simţi necesari, într-un sens general, îi împinge pe mulţi

oameni în situaţii care le reduc şi le distrag atenţia de la angajamentele şi activităţile conjugale.

Iată ce mi-a scris o ascultătoare:

„Când m-am căsătorit, împreună cu soţul meu am hotărât ca eu să rămân acasă ca să cresc copiii. Am renunţat la carieră şi la viaţa pe care o avusesem până atunci. În în acest timp, am pierdut legătura cu cei cu care lucrasem ani întregi. Vieţile noastre erau diferite acum. Una dintre prietenele mele, tot casnică, era alcoolică. Aşa că, inutil să mai spun, m-am hotărât să o ajut măcar pe ea. Aveam grija de

%ttţa el. Miye*™» trişam şi furam de la soţul şi copiii mei Spuneam că am stat toată ziua acasă, când de fapt fusesem la ea, încercând să o conving să renunţe la băutură îi dădeam bani să plătească întreţinerea sau îi cumpăram de mâncare, deşi nici noi nu o duceam deloc bine cu banii. Furam din timpul soţului meu ca să stau cu ea. Iar cel mai rău dintre toate era faptul că îl acuzam pe soţul meu pentru că nu mă sprijină în acţiunea mea minunată.

Vecina de peste drum şi, în acelaşi timp, prietena mea şi-a făcut loc în patul soţului meu. Cel mai tragic este faptul că am ştiut că se va întâmpla acest lucru. Credeam că nu valorez nimic, din cauză că nu reuşeam să o convinp pe prietena mea să renunţe la alcool. Prietena mea alcoolică mi-a furatviaţa, iar prietena de peste drum s-a folosit de mine ca să ajungă la soţul meu.

„Toate acestea m-au făcut să îmi părăsesc soţul, crezând ca el era vinovat pentru tot ce se întâmplase. Am avut nevoie de trei am, timp în care am vorbit constant cu fostul meu soţ despre vremurile bune şi vremurile grele, ca să mă maturizez şi să ajung să înţeleg că nu pot salva lumea şi că trebuie să îmi aleg prietenii cu mai multă înţelepciune „Onstruirea unei

identităţi, a orgoliului şi a sentimentului de importanţă prin intermediul acţiunilor salvatoare 11 transforma pe cei salvaţi în mijloace de obţinere a unui alt scop decât bunăstarea acestor oameni. Ai nevoie ca ei să devină mai bun. pentru că, în ochii tăi, ei sunt măsura valoni tale Unu oameni devin dependenţi de carieră pentru a-şi satisface ţelul interior, alţii îşi găsesc prieteni rataţi pe care încearcă să îi vindece.

Alţii pur ş. simplu îşi oferă viaţa oricui vrea o bucată din ea pentru că interpretează acest comportament ca fiind cel care le va aduce dragostea şi va împiedica orice fel de conflicte sau judecăţi negative.

„Sunt cu soţul meu de 20 de ani. El are prostul obicei de a le permite oamenilor să îl calce în picioare, nu numai membru familiei, dar şi străinii care lucrează pentru noi.

Am încercat să discut cu el, însă întotdeauna refuza să asculte şi punctul meu de vedere. Mereu are câte un motiv pentru care ar trebui să uităm şi să iertam. Dai, de fiecare dată cină uităm şi iertăm, oamenii ne calea în picioare.

Toate acestea, la care se adaugă şi alte comportamente, au condus la starea mea de a mă simţi lipsită de valoare la prima vedere, s-ar părea că soţul acestei femei este un om slab. Ce trist! Totuşi, rareori acesta este adevărul. Oamenii cu un astfel de comportament mai degrabă se ajută pe sine decât se sacrifică. Acest tip de comportament vizează de obicei obţinerea unei reputaţii prin cele mai sul” Este o chestiune asupra căreia am insistat de nenumărate ori în emisiunile mele radio: încercările de a te simţi minunat şi important prin eliminarea oricăror limite în ce \ priveşte modul în care acţiunile străinilor te

afectează pe I tine şi pe membrii familiei tale nu sunt decât tentative egoiste şi distructive. Şi, apropo, faptul că oamenii nu sunt i traşi la răspundere pentru faptele lor nu-i ajuta cu nimic. Dacă îi tot salvăm când au probleme, nu se vor maturiza niciodată – însă noi ne vom simţi cu siguranţa superiori. Şi nici măcar cea mai rea formă de iertare din reflex suferează repetiţia unei proclamaţii, de tip „O oseş e de mine” – aşa că nu faceţi mare caz de iertare, folosind ca pe o scuză generală. Vă rog să ţineţi cont de faptul ca, de-a lungul acestui drum presărat cu autoomagien, sacri ficaţi cu dragă inimă bunăstarea şi afecţiunea celor care au cu adevărat dreptul să conteze pe sprijinul şi protecţi dumneavoastră. Sunteţi mult prea dispus să n sacrificaţi pe ei de dragul „publicului” – în mintea dumneavoastră, oamenii suficient de îndepărtaţi vă considera un erou. Cei de acasă ştiu mai bine cum stau lucrurile.

Ţineţi-vă gura!

Adesea am spus, în timpul emisiunii mele radio, că dacă nu ar exista bârfa, o mare parte din conversaţia oamenilor ar înceta şi liniştea ar domni peste pământ. Ceea ce nu înţeleg mu ţ! oameni sunt consecinţele pe care le are bârfa Emisiunile televizate despre vieţile oamenilor sunt, în mare parte, nişte bufe. Ziarele de scandal abundă în bârfe. Mul-e dintre informaţiile care se consideră a fi „ştiri” sunt bârfe. Internetu este plin de bârfe (sau pornografie). Şi multe dintre subiectele pe care le abordează oamenii sub eticheta de conversaţie sunt bârfe.

Oamenii bârfesc chiar şi cu ei înşişi. O ascultătoare care m-a sunat de curând se plângea de prietenul ei. Se pare că acesta citise jurnalul şi găsise comentarii despre-el şi de

1 or cititei mbit 3 e, EV dli Cra SUpărat din

Cauza ce-or citite. Ea sunase ca să se plângă de această violare a intimităţi, şi se întreba dacă are o obligaţie morală să îi explice prietenului lucrurile pe care le citise. I-am spus că indiferent de modul în care el aflase anumite lucruri din bufele prietenilor sau din jurnalul ei, dacă dorea să cont”.

ne relaţia pe care o avea, trebuia să clarifice chestiunile care îl supăraseră. lucruri –, nu –nţeleg de ce oamenil a? tern pe hârtie unele ucrun supărătoare, jignitoare sau scandaloase, dacă nu vor să fie citite de nimeni. Aşa că, de multe ori, când aud despre aceste jurnale, mă gândesc că sunt mai degrabă un loc unde oameni, îşi vântură problemele, în loc să şi le pună în ordine sau reprezintă pentru ei o ocazie să îşi refuleze cele mai urâte, slabe şi nefericite părţi din ei înşişi din gândurile şi sentimentele lor. Poate că aceşti oameni în teraneutoieul” T U” ui C? nsilier sP™al unui terapeut – sub îndrumarea lor, eliberarea verbală este practicata pentru ca o persoană să se poată înţelege pe sine mai amplu şi mai profund. P

— Ammwsiat enorm pe faptul că partenerii nu ar trebui să împărtăşească problemele şi plângerile legate de relaţia lor rudelor sau prietenilor. Aceştia sunt dispuşi să se alieze cu unul dintre soţi – şi s-a dus şansa unui juriu nepărtinitor. În acelaşi timp, însă, ai încălcat sanctitatea mariajului şi l-ai umilit pentru totdeauna pe partenerul tău, pentru că nu ai descris celorlalţi decât o faţă a personalităţii sale.

Primesc nenumărate telefoane din partea celor care regretă faptul că au dezvăluit familiilor sau prietenilor dificultăţile şi problemele pe care le aveau în căsnicie, mai ales pentru că relaţia a început din nou să meargă bine, însă prietenii şi rudele au continuat să fie părtinitori, respin-gând, criticând sau chiar fiind ostili faţă de partener şi reluarea relaţiei.

O ascultătoare mi-a scris:

„Aş vrea să vă mulţumesc pentru o sugestie foarte practică şi valabilă pentru mulţi oameni. V-am auzit în ultima vreme sfătuindu-vă ascultătorii să se abţină să discute chestiuni intime cu cei care nu sunt implicaţi direct. Noi, /eweile cu siguranţă suntem mult mai înclinate să ne vărsăm amarul în conversaţie fără un motiv întemeiat. Întotdeauna am crezut că este necinstit să spui adevărul pe jumătate.

Acum împărtăşesc cu alţii numai frânturi anemice şi inofensive de informaţii în ce priveşte viaţa mea. Recunosc, cu cât le spuneam mai multe, cu atât păream mai neajutorată. Odată ce primeam sfatul lor înţelept, nu mai exista nicio modalitate prin care să îi conving ea nu sunt nebună.

Regret că nu am ţinta cont de potenţialul distructiv pe care îl are o gură mare”.”.

Iată încă o problemă care apare atunci când „împărtăşeşti” chestiuni personale: odată ce te-ai decis să asculţi un sfat, ai intrat în bucluc.

Discuţiile on-line nu sunt doar o şuetă nevinovată

„În timp ce eu eram însărcintă cu cel de-al doilea copi\ al nostru, soţul meu a început să aibă mai multe prietenii

«on-line». A început să se îndepărteze de mine, conversmdpe Internet la orice oră din noapte, uneori despre chestiuni care nu o priveau pe străina cu care vorbea. A dat chiar şi telefoane la mare distanţă. La o săptămână după ce s-a născut fiul nostru şi cu două săptămâni înainte de Crăciun, soţul meu mi-a spus că vrea să divorţăm. Însă eu i-am spus că îmi promisese că vom rămâne întotdeauna împreună, le promisese acest lucru copiilor noştri”.

Imernetul a făcut ca fuga de responsabilităţi şi de realitate să fie posibilă şi să aibă loc chiar dacă el

se afla pe scaunul din camera de lucru! Aceste legături virtuale au devenit parte din viaţa noastră şi acest lucru se reflectă în apariţia unei industrii înfloritoare: terapia dependenţelor de Internet – un alt tip de comportament care nu are nicio legătură cu caracterul unei persoane, ci depinde în întregime de exercitarea unor influenţe exterioare şi de dereglarea unor procese din creier. Repet, singurul imbold irezis-tibn-este cel căruia nu p-te-ai împotrivit. Dependenţa de Internet nu este o boală, că uiâde Fect de caracter întemeiat pe slăbiciuni şi egoism.

Cel puţin această ascultătoare recunoaşte că relaţiile stabilite prin Internet nu sunt decât o formă de alinare a orgoliului sub pretextul rezolvării unor probleme: w „d someti aveam problemele cu care se confruntă orice cuplu după un anumit timp de la căsătorie. Parcă nu ne ajungeau niciodată banii, el părea că nu vrea niciodată să discute cu mine şi nu reuşeam să cădem de acord asupra educaţiei copiilor.

Nu a mai trecut mult timp până mi-am cumpărat propriul computer şi am început să conversez pe Internet cu diverşi oameni, petrecând mai mult timp cu ei decât cu băieţii mei. Foarte curând am cunoscut un bărbat „minunat”, care asculta cu adevărat fiecare cuvinţel al meu. Bineînţe-es ca toţi prietenii” mei de pe Internet m-au încurajat să ivorţez de soţul meu şi să încep în realitate o legătură cu bărbatul respectiv.

M-am despărţit de soţul meu, frângându-i inima, şi m-am mutat cu copiii într-un alt oraş. Într-o dimineaţă, m-am trezit. Soţul meu venise să ia copiii şi am văzut tristeţea de pe faţa lui. Am înţeles atunci că nu puteam renunţa la el. După tot ce îi făcusem, el încă mă iubea. Soţul meu şi cu mine ne ascultăm şi ne respectăm unul pe celălalt din nou. Nu-mi vine să aed cât de aproape am fost să pierd atu

Cea mai mare problemă a legăturilor de orice fel este faptul că oamenii au impresia că singura sursa a problemelor este în afara lor, iar un alt „el” sau o alta „ea le va putea rezolva. Vă daţi seama că lucrurile nu stau deloc aşa…

În cele din urmă.

Mâmicuţa ta

Obişnuiam să le spun ascultătorilor mei că, în aproximativ un sfert de secol de emisie, nu am avut nicio plm-gere legată de tata-socru. Ei bine, această afirmaţie nu mai este valabilă. Cred că am primit vreo cinci în ultimii trei ani. Rămân însă mii şi mii de plângeri care se referă la mă-masoacră. Plângerile sunt de ambele părţi: faţa de mama soţiei sau mama soţului. Se pare că există ceva special în legătura dintre mamă şi fiu care duce la o competiţie acerba între noră şi soacră…

— Multe mame de băieţi înţeleg foarte greu sau deloc că trebuie să predea ştafeta unei alte femei. În schimb, sunt capabile să joace murdar pentru a păstra devotamentul ţiilor. Astfel, îi pun pe fiii lor la mijloc, ca şi cum aceştia ar fi obligaţi să aleagă între mamă şi soţie. Jocul poate deveni foarte crud, ba chiar diabolic – mamele cer. ndu-le fiilor să vină să le vadă, să aducă şi nepoţii, dar să nu o ia cu ei şi pe „femeia aceea”. Cei care fac acest lucru sunt băieţaşii, nu bărbaţii adevăraţi… –

De cele mai multe ori, avertismentul este clar, deşi ascultătoare mea se pare că nu îl vede.

„Am senzaţia că logodnicul meu îşi iubeşte mai mult familia deat pe mine Trece de partea lor şi le ia apărarea, când ar trebui, de fapt, să mă sprijine pe mine. Mai nou spune ca, atunci când ne vom căsători şi el îşi va termina stagiul militar, vrea să ne mutăm pe pământul părinţilor lui, de la care să luăm în arendă

un teren. Eu chiar nu vreau să facem acest lucru, pentru că simt că ne-ar putea distruge relaţia. El nu înţelege de ce simt astfel. Cred că nu realizează faptul că de-acum este pe picioarele lui iar momi Şf tati nu vor mai fi în fiecare zi lângă el să-l ţină de mmuţa.

De fapt, draga mea, nu este aşa cum spui, el chiar nu este pe picioarele lui iar părinţii vor fi în continuare lângă el. Tu trebuie să te hotărăşti dacă vei fi acolo să asişti la spectacol.

Situaţia poate fi mult mai rea atunci când soţia chiar este acolo pentru a asista la spectacol:

„Ştiam că soţul meu a fost foarte apropiat de mama lui. După căsătorie, cea mai mare parte a devotamentului lui n era în continuare închinată mamei. În ziua în care i-am spus soţului meu că sunt însărcinată cu primul nostru copil am înţeles că nu reuşise să se desprindă de mama lui.

Răspunsul lui a fost: «Sper că n-ai de gând să-l păstrezi, nu?» Pentru mine a fost unul dintre acele momente în care totul parca se înceţoşează şi ai impresia că trăieşti un coşmar.

m fost şocata şi refuzam să cred că ceea ce auzisem era adevărat. Mi-a spus că sub nicio formă nu puteam avea acest copil pentru că mama lui nu voia – bănuiesc că îşi dorea să îl menţină pe el în stadiul de bebeluş, ca să îl poala ţine pentru ea, departe de mine sau de oricare altă femeie. Miajpus ca, la urma urmelor, era decizia mea, dar dacă ma hotaram să păstrez copilul, el nu îmi garanta că avea să mai ie cu mine peste un an. Mi-a dat un ultimatum: copilul sau el. Şi totul numai ca să nu o supere pe mama lui.

Ei bine, ea a făcut un avort. Mai târziu, când în sfârşit au păstrat un copil, mama soţului nu a vrut să aibă niciun fel de legături cu nepotul, menţinând relaţia exclusivista pe care o avea cu fiul.

Soţia îşi încheie scrisoarea plină de durere astfel: …

„Regret ca nu l-am părăsit când mi-a dat acel ultimatum, la doar câteva săptămâni de la căsătorie. Cum se poate ca un soţ, un medic inteligent şi cultivat, să pună relaţia cu mama lui pe primul loc, înaintea soţiei şi copilului „Nu voi putea niciodată să înţeleg”.

Eu nu voi putea niciodată să înţeleg de ce soţia l-a încurajat…

Un alt ascultător mi-a mărturisit că a fost pe punctul de a-şi pierde soţia şi copilul pentru că s-a lăsat intimidat de mama lui:

Mama a fost de la bun început o prezenţa constanta în casa noastră, însă nu am înţeles cât de departe s-a ajuns până ce nu s-a născut primul nostru copil. Dominaţia mamei a devenit insuportabilă, iar ea refuzasa coopereze cu noi sau să ne ajute în vreun fel. Când am încercat sau spunem cât se poate de delicat, ceea ce credeam noi, mama mea mi-a atacat fizic soţia şi l-a pus pe fratele meu mai mare să mă bată. După ce au trecut patru am, timp în care ea nu a regretat nicio clipă purtarea ei, şi după ce am cerut sfatul doamnei dr. Laura, i-am dat mamei mele un ultimatum: să îşi recunoască greşelile şi să îşi schimbe atitudinea. De atunci, nu am mai primit niciun mesaj de la ea. Deşi îmi este dor de mama mea, liniştea domneşte din nou în casa noastră”.

Sigur că întotdeauna mă bucur mai mult dacă nu este nevoie să se recurgă la „excomunicare” O ascultătoare mi-a povestit că tatăl ei apărea din semn la uşa lor, tara sa anunţe din timp, pentru aşi petrece ziua la ei acasă. Ea îşi dorea puţină intimitate pentru a-şi petrece timpul cu soţul şi copilul, însă îi era teamă să nu îşi supere tatăl, mai ales că locuiau pe un teren

pe care îl primiseră de la el.

aţă o posibilă capcană: fiţi foarte atenţi atunci când acceptaţi astfel de „daruri”, dacă vă cunoaşteţi destul de bine părinţii şi ştiţi că astfel de daruri îi vor face să-şi aroge anumite drepturi, privilegii şi putere.

Am sfătuit-o pe doamna respectivă ca la următoarea vizită inopinată a tatălui să deschidă uşa, să nu îl invite înăuntru şi să 11 spună: „Îmi pare rău, dar acum nu este un moment potrivit. Te rog să-mi dai un telefon când ai timp, ca să nu mai apară astfel de situaţii când mai vii să ne vizitezu

Ap°, să îi spună că îl iubeşte, să îl îmbrăţişeze şi să închidă uşa. Bineînţeles, se va simţi jignit, va fi poate furios, dar sper că nu răzbunător. S-ar putea chiar ea să fie nevoită să îi dea terenul înapoi, să se descurce fără ajutorul tatălui şi să construiască un viitor alături de familia ei pornind de la zero. Evident, lăcomia joacă un rol important în aceste situaţii – părinţii autoritari de bazează pe lăcomia copiilor care vor totul acum.

O ascultătoare s-a săturat şi a decis să pună lucrurile la punct:

„Sâm casnică şi am două fetiţe minunate. Pentru mine, cele mai mari probleme apar din cauza şocrilor. În ultimele două luni şi-au petrecut toate sfârşiturile de săptămână la noi. Rămân la noi de vineri pută duminică după-amiază.

Deşi sunt în casa mea, îmi spun mie cum să îmi cresc copiii, iar ei nu respectă regulile pe care eu le-am impus copiilor. Dacă le spun acestora să stea în casă, bunicii îi duc afară. Dacă îi învăţ pe copii să vorbească cu «dumneavoastră» cu oamenii mari, socrii mei le spun că nu este nevoie să li se adreseze astfel.

Am discutat situaţia cu soţul meu, dar el se teme

să facă vreo aluzie la vizitele lor interminabile sau la regulile casei pe care trebuie să le respecte copiii.

Ei bine, în cele din urmă, i-am spus soţului meu că dacă nu găseşte o modalitate să discute cu părinţii lui, atunci eu şi copiii vom începe să stăm la cel mai scump hotel din Ne-braska la sfârşit de săptămâna, în timp ce el petrece momente de neuitat cu părinţii lui”.

Foarte bine! Păcat doar că a fost nevoie să se ajungă până aici. Cel mai bine ar fi ca fiecare partener să îşi asume răspunderea dte a construi o relaţie matură cu părinţii şi să nu se mai teamă permanent că aceştia îl vor trimite la culcare flămând!

Moi împotriva lor

De multe ori, ascultătorii care sună la emisiune ezită între a fi loiali fată de partener sau faţă de părinţi şi rudele de gradul întâi. „Bine, dar este mama/tata/sora/ fratele. această lamentare pe care o aud adesea dezvăluie existenţa unei confuzii în privinţa credinţei că „sângele apă nu se face”. Deşi mă străduiesc foarte tare să îi conving pe oameni să-şi îndeplinească obligaţiile, să-şi respecte şi să-şi cinstească familiile din care provin, le reamintesc faptul că şi-au întemeiat o nouă familie, faţă de care au cele mai mari responsabilităţi şi căreia trebuie să îi asigure bunăstarea, prosperitatea, afecţiunea şi supravieţuirea.

Le reamintesc celor care îmi scriu şi celor care îmi te e-fonează la emisiune că sprijinul acordat părinţilor nu trebuie să includă sacrificarea bunăstării propriului cămin, a partenerului sau a copiilor. De exemplu, un ascultător se simţea vinovat pentru faptul că părinţii îl împinseseră să accepe ca fratele lui adult să locuiască la el; fratele cel rebel fusese condamnat din cauza drogurilor şi acum era eliberat condiţionat. Ascultătorul meu avea o soţie şi mai mulţi copii mici,

iar soţia nu era deloc entuziasta la gându că trebuie să aibă în casă un astfel de om-problema de care să aibă grijă, din cauza căruia să se îngrijoreze sau împotriva căruia să se apere (fratele avea un caracter dificil şi prieteni nepotriviţi). Ascultătorul meu, un om decent, nu voia să-şi dezamăgească părinţii, să-i abandoneze pe cei care aveau „acelaşi sânge” cu el, dar nu voia nici să-şi supere soţia. Nu ştia cum să procedeze.

I-am spus că se puteau face multe lucruri pentru a arăta cuiva afecţiune şi sprijin. Putea, de exemplu, să-şi ajute fratele să găsească o locuinţă cu chirie sau să îl ducă cu maşina la un interviu de angajare. Putea, de asemenea, să îl sune, să se întâlnească şi să ia masa împreună în timpul pauzei de prânz, oferindu-i astfel ajutorul moral de care avea nevoie. I-am spus că nu cred că are niciun fel de obligaţie morală să îşi pună familia în pericol în speranţa că îşi va reabilita fratele.

În plus, această atitudine îndepărta povara de pe umerii pe care ar fi trebuit să stea cu folos: cei ai fratelui rebel.

„Şi cum rămâne cu părinţii mei

„Ce vrei să spui?”

„Vor fi foarte supăraţi pe mine – vor fi foarte dezamăgiţi de mine. Ce mă fac, ce să le spun?”

„Spune-le că îi respecţi pentru cât de mult ţin la fiul lor şi pentru că vor ca acesta să se îndrepte şi să aibă o viaţă mai bună. Spune-le că înţelegi disperarea cu care vor să îl protejeze şi să îl ajute să se vindece. Spune-le că şi tu simţi exact ca ei când este vorba de familia ta şi mai spune-le că soţia şi cap, 11 tăi sunt pe primul loc. Vor avea nevoie să se gândească puţin la ceea ce le-ai spus, pentru că este destul de dificil”.

Nu este deloc o situaţie rar întâlnită ca rudele

prin alianţa să aibă pretenţii absurde sau să facă presiuni asupra căsniciei unuia sau mai multora dintre copii. De ce se întâmpla aşa? Este vorba despre aceeaşi mentalitate de tipul „noi contra lor” pe care o au micile grupuri formate în curtea şcolii, incapacitatea de a renunţa, hotărârea de a avea controlul, reacţiile ostile faţă de schimbări sau diferente problemele emoţionale şi psihologice inerente şi, probabil, prea mult timp la dispoziţie.

Pe parcursul săptămânii în care am lucrat la acest capitol, am primit nenumărate telefoane de acest gen. Un telefon l-am primit de la o femeie iritată de faptul că soacra ei, în ultimii cinci ani de zile (ascultătoarei mea era căsătorită de zece), organizase reuniuni numai cu rudele ei de sânge

— Ceea ce însemna fără parteneri (cum ar fi fost ascultătoarea mea) şi fără niciunul dintre copiii lor. Iniţial, i-am răspuns dispreţuitor că probabil se supăra din cauză că soţul ei nu petrecea acasă o seară din cele: 365 ale anului; numai că era vorba de cinci seri, de joi până duminica.

O altă ascultătoare se întreba dacă era acceptabil ca soţul ei şi cei doi copii ai lor adolescenţi să petreacă şase sapta-mă ni de vacantă cu părinţii lui fără ea, care nu îşi putea lua concediu (soţul era profesor şi avea vacanţă pe timpul verii). O altă ascultătoare mi-a spus că soţul ei a primit două bilete de avion, cadou din partea mamei lui care locuia m-tr-un alt stat, pentru el şi fiul lor.

„Vi se pare că este corect sau frumos din partea ei?”

„Nu”.

„Pe perioada logodnei, unul dintre lucrurile care ne-au apropiat foarte mult pe mine şi pe soţia mea a fost faptul ca amândoi fuseserăm nevoiţi să

supravieţuim în familii dificile, în care păream că nu ne găsim locul şi cu care nu aveam prea multe în comun. Aveam impresia căsântempe aceeaşi lungime de undă în ce priveşte distanţa pe care trebuie să o păstrăm, intimitatea pe care trebuie să o protejam şi individualitatea noastră de adulţi”.

Acest ascultător a avut rude dificile din ambele părţi, lucru care a făcut ca apropierea dintre el şi soţia lui să fie mult mai uşor de realizat, sprijinindu-se reciproc – cel puţin aşa a crezut el.

„După ce ne-am căsătorit, deşi comportamentul distructiv /cotidian al noilor mele rude a continuat (socru mei s-au dovedit a fi cu adevărat dezgustători, în comparaţie cu familia mea care era doar speriată, dezorientată şi agasantă), soţia mea insista să se implice mai mult decât consideram eu că ar fi fost normal şi niciodată nu lua atitudine faţă de grosolănia, comentariile acide şi manipulările lor.

În cele din urmă, am înţeles că «soluţia ei» ar fi fost să stau cu mumie în sân, să le înghit mizeriile, să adâncesc prăpastia care apăruseântre noi şi să văd cum soţia mea continuasa fie mutilată emoţional şi psihologic”.

În astfel de cazuri, întotdeauna recomand ajutorul unui specialist în psihoterapie. În lipsa demnităţii personale şi a respectului pentru integritate a unei persoane, a căsniciei şi a familiei recent întemeiate, astfel de „legături stupide** vor distruge fericirea potenţială şi succesul unui mariaj iar alteori, când nu se poate ajunge la un echilibru, este de preferat ca unul dintre parteneri să se retragă fată de propria sa familie:

„” decizia soţului meu de a nu mai avea niciun fel de legături cu familia lui a fost extraordinar de dureroasă. Regret din tot sufletul că a fost nevoie să ia

o asemenea hotă-are. Însă căsătoria acestei ascultătoare a supravieţuit încercării familiei lui de a-i despărţi din cauză că ea, datorită moştenirii, „nu era una de-a lor”.

„Te rog, dragă, nu ai voie să te joci... cu bunica/bunicul!”

Un alt motiv de confuzie în legătură cu respectul pe care trebuie să îl arăţi părinţilor, atunci când eşti adult şi ai o familie pe care trebuie să o protejezi, îl constituie problemele cu adevărat grave ale părinţilor: droguri, concubinaj, legătură cu un traficant de droguri sau un pedofil (aici apar pretextele: „dar îl iubesc** şi „s-a schimbat**), afaceri scandaloase, seni de iubiţi, limbaj vulgar, comportament violent şi aşa mai departe – am auzit despre toate. Cum era cu înţelepciunea şi sobrietatea care vin odată cu vârsta?

e lângă faptul că din ce în ce mai mulţi părinţi în vârsta au astfel de comportamente sordide, aceştia încearcă adesea să îşi vâre şi copiii în bucluc, cerându-le să îi primească să locuiască la ei cu concubinul/concubina (cât timp sunt încă legal căsătoriţi cu celălalt părinte), având pretenţia să îşi vadă nepoţii (care, astfel, ar fi în pericol), oferindu-le copiilor lor adulţi ocazia de a intra în afacerile lor imorale sau ilegale şi, în general, afirmând că ar trebui să fie acceptaţi ca atare, fără să fie judecaţi pentru indiferent ce ar face, pur şi simplu pentru că sunt părinţi.

În niciun caz! Cea mai mare parte a loialităţii dumneavoastră trebuie să se îndrepte către familia pe care aţi întemeiat-o pe iubire şi devotament.

Copiii adulţi

Acum, după ce am clarificat că avem obligaţii în primul rând faţă de căsnicie şi familie, ce putem spune despre copiii care devin adulţi? Un exemplu de

situaţie complicată este atunci când o persoană se află la cea de-a doua (a treia, a patra…) căsătorie şi nutreşte un sentiment de vinovăţie pentru că le-a distrus vieţile copiilor, destrămându-le căminul şi nefiind lângă ei să facă ceea ce face de obicei o mamă/un tată, zi de zi, pentru copilul său. Acest scenariu include, de regulă, o indulgenţă exagerată şi total nepotrivită faţă de comportamentele nesănătoase ale copiilor adulţi, o încercare de a-i salva indiferent care ar fi responsabilitatea lor, iar acest comportament duce la deteriorarea permanentă a vieţilor copiilor şi a căsniciei părinţilor.

Iată ce mi-a povestit o ascultătoare:

„Soţul meu are doi copii maturi, care au propriii parteneri şi propriii copii, iar el continuă să îşi scoată fiica din tot felul de încurcături ori de câte ori îi dă un telefon – ceea ce se întâmplă destul de des.

Am preferat să nu mă amestec, însă am fost nevoită să îi sugerez că ar trebui să existe nişte limite şi l-am întrebat de ce simţea nevoia să o ajute încă pe fiica lui cu bani. Mi-a răspuns că aceste lucruri nu mă priveau pe mine, că n-aş fi niciodată capabilă să înţeleg, pentru că eu nu am copii, şi că ar trebui să nu-mi bag nasul unde nu-mi fierbe oala.

Este o scuză pe care am auzit-o de foarte multe ori la oamenii care încearcă să justifice lipsa unor limite şi la părinţii care îşi ajută copiii de-a lungul vieţii lor de adulţi. Rezultatul este că, inevitabil, copilul devenit adult nu învaţă niciodată că alegerile pe care le face au anumite consecinţe. De fapt, soţul meu încearcă să-şi răscumpere vina pentru felul în care s-a purtat ca tată, iar acest lucru mă înfurie”.

Acest comportament nepotrivit, determinat de un sentiment de vină obsesiv faţă de copiii proveniţi dintr-un mariaj anterior este, probabil, cel mai

important motiv pentru care statisticile demonstrează că o a doua căsnicie are mai multe şanse să se destrame decât prima căsătorie. Este firesc ca rudele prin alianţă să îşi favorizeze propriii copii; iar „părinţii11 fac exact acelaşi lucru. Este normal să existe chestiuni legate de foştii parteneri din cauza trecutului, familiilor mărite şi a copiilor. Este de aşteptat să avem de-a face cu probleme personale de natură emoţională, cauzate de pierderea mariajului precedent; şi este normal să vă daţi seama că nu este uşor să vă descurcaţi cu toate – noul partener nu este remediul universal la care aţi sperat.

Adesea, totul se reduce la o alegere

De foarte multe ori am auzit fraza: „Nu cred că ar trebui să fac o alegere", atunci când un ascultător se plânge că o anumită persoană din familie nu se înţelege cu partenerul, nu se poartă frumos sau chiar îl dispreţuieşte. Răspunsul meu este: „Ba da, dragii mei, uneori chiar trebuie să faceţi o alegere".

„Sora mea şi soţul meu nu se înţeleg bine deloc. Deşi ţin foarte mult la sora mea, mă întâlnesc cu ea numai când soţul meu nu este prezent. Când avem un eveniment în familie, cum ar fi o sărbătoare sau o reuniune, pot amândoi să dea dovadă de maturitate şi să renunţe la divergenţele lor de dragul familiei. Oricât de diferite ar fi personalităţile lor, cred că niciunul dintre ei nu ar risca să declanşeze un conflict între ei doi.

Dacă s-ar pune problema alegerii, nici soţul, nici sora mea nu m-ar obliga să aleg de partea cui sunt. Se urăsc reciproc, dar nu îmi cer mie să urăsc pe vreunul dintre ei. Aş alege mariajul într-o secundă, în detrimentul surorii mele".

Această scrisoare demonstrează că poate exista onoare între duşmani şi că devotamentul soţiei îi este

dedicat în primul rând soţului. Acest lucru nu înseamnă că, de dragul lui „mami”, toată lumea trebuie să fie fericită şi să se înţeleagă bine. Uneori, pur şi simplu, este imposibil.

Există personalităţi care se ciocnesc una de alta. Cel puţin, cei doi sunt decenţi şi nu îi cer ascultătoarei mele să pornească războiul de dragul vreunuia dintre ei.

Dacă, de exemplu, sora ei ar face unele dintre lucrurile oribile despre care am auzit, cum ar fi să îl acuze că a violat-o sau i-a molestat copilul, atunci ar fi foarte clar: ea ar trebui eliminată din viaţa lor.

O altă ascultătoare mi-a povestit că cea mai bună prietenă a ei i-a insultat logodnicul, iar acesta i-a cerut să nu-şi invite prietena la nuntă.

„M-am supărat foarte tare, pentru că o consider prietena mea. Însă am fost de acord cu dorinţa lui. Sigur, prietena mea s-a simţit foarte jignită, dar trebuie să recunosc că a fost CEA MAI BUNĂ decizie pe care am luat-o vreodată. Soţul meu înseamnă mai mult deck orice pentru mine şi sunt mândră să spun că «mi-am apărat bărbatul»!”

Dacă avertismentele şi criticile prietenilor şi rudelor la adresa partenerului sunt îndreptăţite (este violent, consumă droguri/alcool, vă este în mod clar infidel, are o personalitate distructivă), trebuie să vă luptaţi cu aceste adevăruri – dacă băgaţi capul în nisip, ca struţul, vă lăsaţi spatele descoperit. În general, atitudinile meschine, ames-tenurile războinice ale prietenilor şi rudelor în treburi care **bărbatulu” /fine TdumnM™» rifU, e **” Virir”.**

el

«tr

Nepotrivire stupidă

…Un sfat pe care mi l-a dat mama mea:

Nu te întâlni cu o persoană cu care ştii că nu vrei să te căsătoreşti. Nu ştii niciodată de cine te poţi îndrăgosti!”

Un ascultător al emisiunii w

(„ot spune că am învăţat un lucru: dacă te încăpăţi

nezi să fii prost, atunci nu te poate opri nimeni!”, scria o ascultătoare.

De ce s-ar încăpăţâna cineva să fie prost? În primul rând, de cele mai multe ori acceptăm că am fost „proşti” doar atunci când privim în urmă. Când ne aflăm prinşi într-o relaţie sau când încercăm să salvăm o legătură îndoielnică, suntem dominaţi de foarte multe influenţe, de la cele naive şi bine intenţionate, până la cele nesănătoase şi autodistructive. Haideţi să fim cinstiţi: odată ce am luat o decizie, este greu să renunţăm la visuri, să ne recunoaştem greşelile, înfrângerile sau eşecurile, să acceptăm că lucrurile nu sunt chiar atât de grozave cum am crezut noi. Aici intră în joc stratul protector al negării, iar cei implicaţi folosesc scuză după scuză pentru a evita să recunoască adevărul cu care ar trebui să se confrunte dacă vor să aibă o viaţă sănătoasă şi fericită.

Doi factori dominanţi ne împiedică să renunţăm la „nepotrivirile stupide”. Primul este teama că ai putea fi chiar tu problema: dacă ai fi altfel – mai bun într-un anumit fel, atunci ea/el s-ar schimba. Aceste incertitudini legate de propria persoană sunt paralizante. Al doilea factor îl constituie faptul că despărţirea este dureroasă. Orice pierdere ne doare şi ne aruncă în necunoscut. Pentru cei mai mulţi dintre dumneavoastră, răul pe care îl cunosc deja este mai atrăgător decât necunoscutul. Atunci când i-am ajutat pe oameni să se confrunte cu necunoscutul, am înţeles că majoritatea îl văd ca pe o gaură neagră şi adâncă.

Atunci le cer să accepte ideea că găurile negre şi adânci sunt tocmai cele în care plantezi un copac. Totul depinde de perspectiva fiecăruia.

Intimitatea la minut

„Fiul meu s-a născut în afara căsătoriei. De fapt, îl cunoscusem pe tatăl lui în urmă cu opt săptămâni şi am rămas însărcinată din greşeală, iar apoi am descoperit că tatăl copilului meu fusese arestat de mai bine de 25 de ori pentru conducere sub influenţa alcoolului, conducere în perioadele de suspendare a permisului, consum de amfetamine, spargeri, violenţă şi abuzuri conjugale. Era chiar răspunzător pentru moartea unei fete, tot într-un moment în care se afla sub influenţa alcoolului, o tânără cu care se întâlnea în timp ce era căsătorit. Surprinzător? îmi ascunsese toate aceste lucruri.

…j muşina cea noua în timp ce era eliberat condiţionat, mi-am schimbat complet atitudinea şi am rupt legătura cu el, deşi eram însărcinată în patru săptămâni”.

Chiar dacă a avut decenţa să rupă relaţia cu el, legătura lor este departe de a se fi încheiat şi probabil că nu se va termina niciodată. Chiar dacă el este condamnat şi se află în închisoare, a dat-o în judecată pentru a-şi păstra drepturile asupra copilului. În pauzele dintre condamnări, o hărţuieşte la serviciu şi acasă. Ea este înspăimântată şi epuizată fizic şi psihic.

Este oare o situaţie neobişnuită? în realitate, nu. Din cauza vederilor tolerante pe care le are societatea în ce priveşte sexul în afara căsătoriei, prea mulţi bărbaţi şi prea multe femei devin intimi instantaneu, angajându-şi inimile, sufletele, spiritul şi organele genitale într-o situaţie în care nu şi-au angajat încă şi creierele. Consecinţa este un flux continuu de legături nepotrivite, care generează inimi frânte, copii născuţi

în afara căsătoriei, boli cu transmitere sexuală, dezamăgiri care duc la suferinţe şi pierderea încrederii în relaţii în general, situaţii înspăimântătoare în care apar ameninţări cu violenţa sau temeri de suicid şi un sentiment de ruşine care duce la decizii şi mai prosteşti, cum ar fi să te căsătoreşti cu oricine, în orice condiţii, sau să te izolezi ca să ascunzi faptele ruşinoase.

Este foarte adevărat că o decizie stupidă pare să ducă la o hotărâre şi mai prostească, mai ales când încerci cu disperare să negi realitatea („Nu poate fi adevărat!) sausă transformi realitatea crudă în visul pe care l-ai a. vut cândva („Datorită iubirii mele, el/ea se va transforma în partenerul pe care ar fi trebuit să îl aleg/aştept).

Un ascultător mi-a împărtăşit experienţa pe care a trăit-o pentru că „nu a aşteptat”: w

„Am încălcat una dintre regulile dumneavoastră cardi na-le: m-am logodit şi am cerut în căsătorie o femeie după numai şase luni de la prima întâlnire. Sunt un bărbat de 47 de ani, cu studii superioare, şi sunt divorţat de peste zece ani. După divorţ, nu m-am mai recăsătorit şi nici nu am convieţuit cu nimeni.

Copiii mei au crescut, acum sunt adulţi şi am considerat că era timpul potrivit să mă recăsătoresc. Acum şase luni, am întâlnit-o pe «Doamna Perfecţiune». Avea 44 de am, era inteligentă, educată, afectuoasă, caldă, avea aceeaşi religie ca şi mine şi era atrăgătoare. Spunea şi făcea numai ceea ce trebuie. Ne-am «îndrăgostit» în mai puţin de o lună de la prima întâlnire. În următoarele trei luni am hotărât să ne căsătorim. Ea a ales inelul de logodnă şi am stabilit data nunţii. Sună minunat, nu-i aşa?

În ziua în care urma să îi dau inelul (trei zile înainte de Crăciun), mi-a dat un telefon şi a rupt

relaţia, spunându-mi că nu mai voia să ne căsătorim şi nici să mai audă vreodată de mine. A refuzat să îmi dea vreo explicaţie.

Se pare că nu am ţinut seama de semnalele de avertizare. Am ignorat faptul că ea fusese căsătorită de două ori şi a avut un avort cu cel de-al doilea soţ, cu care se căsătorise la numai şase luni după ce divorţase de primul. Avusese relaţii sexuale cu patru bărbaţi în cei şase ani care trecuseră de la ultimul ei divorţ. Se pare că îi părăsise pe toţi după numai şase luni!

Ştiam TOATE ACESTEA, dar am crezut că eu eram o excepţie şi puteam să îi schimb stilul de viaţă pentru că eram. un băiat aşa bun. «Eu nu sunt ca ceilalţi, iubito, eu sunt diferit şi te voi salva emoţional!»

Ei bine, acum, după ce am fost părăsit, mă simt ca un idiot pentru că nu am văzut avertismentele. Doamnă dr. Laura, aţi avut dreptate. Ai NEVOIE DE TIMP ca să ajungi să cunoşti o persoană şi trebuie să vezi avertismentele”.

Aşa este, însă el a văzut aceste avertismente. Din nefericire, semnalele nu l-au împiedicat să meargă mai departe. Dacă ne punem speranţa acolo unde nu trebuie, nu facem decât să ne amânăm dezamăgirea.

Tiu întreţineţi relaţii sexuale până când nu sunteţi suficient de apropiat faţă de partener

A avea refaP1 sexuale înainte de a avea o legătură adevărată (a se citi: căsătorie) este un comportament prostesc. Cmd le vorbesc oamenilor de moralitate şi poruncile lui Dumnezeu, le explic că este vorba despre un set de reguli care îi protejează, nu care îi oprimă. Preceptele religioase au ca ţel suprem să îi împiedice pe oameni să sufere, atât ei cât şi partenerii lor, şi să le ofere un scop şi o motivaţie

pentru a duce o viaţă plină de sens şi de bucurii.

I o MOTIVE STUPIDE CARE DISTRUG UN CUPLU

Mişcarea culturală actuală, care vizează disci editarea puterii şi a importanţei pe care o au motivaţiile religioase în adoptarea comportamentelor şi luarea deciziilor, este înspăimântătoare, având o ferocitate ieşită din comun. Dacă nu m-aş teme că ar suna prea bizar, aş spune probabil că este o mişcare satanistă. În condiţiile în care, în anul 2001, tinerii de la Universitatea de Stat din New York se pot înscrie într-un club al sado-masochiştilor sponsoiizat de facultate, iar colegii lor de la Universitatea din Pennsylvania pot participa la un târg de sex care oferă jocuri de genul:

„Apasă clitorisul pe vagin”, este clar că linia de demaicaţie dintre decenţă şi perversiuni a fost ştearsă. Este de înţeles faptul că, în acest mediu, atât tinerii cât şi adulţii încep să se îndoiască de valorile pe care le au şi probabil că încep să-şi considere vieţile spirituale ca fiind de-a dreptu caraghioase…

Cu toate acestea, trebuie să perseverăm. Iar intimitatea sexuală în afara angajamentului marital între soţ şi soţie duce de regulă la tragedii.

„Am 32 de am şi cea de-a doua căsnicie a mea s-a sjvisit de curând. A durat doi am şi a implicat cinci copii: ai mei, ai lui şi ai noştri. Am rămas însărcinată înainte de a ne căsători – lipsă de judecată din partea amândurora. Ne-am certat foarte mult din cauza copiilor. Mi-a molestat băieţii fizic şi mental. Am apelat la terapie, dar nu am ajuns nicăieri, din cauză că el nu este prea vorbăreţ. Am aflat, însă, că în viaţa lui existau foarte mulţi factori de stres: mama lui îşi declarase de curând homosexualitateaiar el o înşelase de foarte multe ori pe prima lui soţie. Ma înşelase şi

pe mine o dată…

Ne-am căsătorit deoarece eu eram însărcinată şi ni s-a părut că-asa trebuia procedat. Greşit! Ne-a costat nu numai bani, dar şi suferinţa de neşters din vieţile nevinovate ale copiilor”…

Îmi amintesc de o reclamă a unei organizaţii creştine, în care un tânăr adult îşi întreabă bunicul ce înseamnă „sexu protejat”. Bunicul îi răspunde ridicându-şi mâna stângă şi arătându-i verigheta. În acest clip.

„Protejat” nu înseamnă doar ferit de herpesuri, SIDA, boli venerice şi aşa mai departe, ci înseamnă şi protecţia faţă de neînţelegeri, suferinţe emoţionale provocate de respingeri şi despărţiri, sarcini nedorite (copii nelegitimi, avorturi) şi confuzia inerentă care apare atunci când îţi imaginezi că actul sexual sau chiar sarcina sunt o promisiune a intimităţii adevărate, iubim şi devotamentului.

Atunci când oamenii, mai ales femeile, au relaţii sexuale cu numeroşi parteneri, respectul de sine are de suferit, ceea ce duce, de regulă, la alegeri şi mai stupide ale partenerilor, din cauza sentimentului de nonvaloare. Ştiu aceste lucruri pentru că am primit multe telefoane din partea unor astfel de ascultători.

I«Tm SCU tatla este P” n ea ’nsăşi o „nepotrivire stupida, din moment ce aduce împreună două trupuri şi două speranţe radical opuse, în lipsa unei fundaţii raţionale şi semnificative.

Prima lege a lui Newton

„Obiect aflat în mişcare tinde să rămână în mişcare atâta timp cât o altă forţă nu îi schimbă traiectoria sau îi opreşte mişcarea. Din nefericire, în cazul strădaniilor omeneşti, forţa care se opune nu este întotdeauna raţiunea.

„Am avut o relaţie nepotrivită timp de cinci ani

de zile. Eram firi total opuse şi am ştiut-o încă din prima zi. Continuam să-mi spun mie şi chiar şi partenerului meu că trebuie să punem capăt suferinţelor şi să ne vedem fiecare de drum. Însă el regreta întotdeauna nespus de mult şi voia să încercăm împreună să ne rezolvăm problemele. I-am spus că nu era vina lui, pentru cu un era un om rău, dar, pur şi simplu nu era genul de partener pe care mi l-am dorit. Însă el a insistat în continuare.

A devenit un obicei.

Eu continuam să încerc să mă despart de el, iar el spunea mereu că îi pare rău. La un moment dat, am ajuns să fiu foarte supărată şi furioasă pe mine, fiindcă acceptam situaţia, şi pe el, pentru că se purta urât cu mine. Ei bine, am continuat să sper că el se va schimba, dar bineînţeles că a rămas acelaşi, numai lucrurile dintre noi s-au schimbat m şi mai rău.

Până într-o zi de sâmbătă, când a plecat la o expoziţie nautică şi nu s-a mai întors niciodată. Aşa că, în cele din urmă, eu am suferit – dar probabil că tot răul este spre bine, deoarece acum îmi pot găsi perechea potrivită”.

Obişnuinţă. Inerţie. Ascultătoarea mea mi-a mai spus că îşi pierduse complet respectul atât pentru ea însăşi, cât şi pentru el, se simţea neiubită, realiza că nu este tratată cum se cuvine, era nefericită, se certau îngrozitor de tare şi, totuşi, relaţia a continuat până când el a părăsit-o! Pe lângă toate frustrările şi dezamăgirile, a trăit şi durerea abandonului, în ciuda faptului că ea era cea care nu îl voia pe el.

Tocmai acest tipar comportamental mă face să cred că nu îi va fi uşor să îşi găsească „perechea potrivită”, fiindcă îşi priveşte problemele dureroase numai din perspectiva victimei şi nu a coautorului propriei nefericiri.

Până când nu veţi înţelege în profunzime motivaţiile pe care le aveţi pentru faptul că păstraţi o relaţie „nepotrivită” sau „nesănătoasă”, aveţi foarte puţine şanse să evoluaţi către o relaţie mai fericită. „Oriunde ai merge, te vei găsi tot pe tine” este unul dintre acele clişee care chiar au sens. Locurile în care mergeţi, acţiunile pe care le faceţi, toate reprezintă adevărata măsură a dumneavoastră înşivă, nu o simplă împrejurare. S-ar putea ca pentru mulţi dintre dumneavoastră, cei care încercaţi să plasaţi vina în exterior, acest adevăr să fie o pastilă amară.

„De unde să ştiu ce înseamnă o pereche potrivită?”

Este foarte adevărat că influenţele familiei şi societăţii au un impact semnificativ asupra aşteptărilor personale. Iată ce scria o ascultătoare:

„Pe o listă a «lucrurilor care trebuie făcute», viitorul meu soţ, pe vremea aceea, a trecut la punctul unu marijuana, apoi facturile pe care le avea de plătit din banii câştigaţi într-o săptămână. După ce s-au născut cei doi copii ai noştri, am divorţat. El încă fumează marijuana, iar eu am doi copii fără tată.

Adesea le spun copiilor mei că ei ar trebui să facă alegeri mai bune decât am făcut eu şi le explic cât de important este ca într-o familie să existe doi părinţi iubitori şi responsabili. Cred că alegerile mele se datorează în bună parte faptului că provin dintr-o familie destrămată, mama mea avea serviciu şi, în general, era mai preocupată de iubiţii ei, decât de copii.

Nu am avut niciodată şi nu am nici acum o idee prea clară despre ce ar trebui să însemne o relaţie bună între un bărbat şi o femeie. Încă mai încerc să înţeleg care au fost motivaţiile alegerilor proaste pe care le-am făcut acum 22 de ani”.

Cel puţin este dispusă să recunoască faptul că ea a ales, că alegerile ei nu au fost bune şi îşi asumă responsabilitatea pentru problemele create şi datoria pe care o are faţă de copii. Fiind atât de deschisă, şansele ei să îşi găsească o „pereche” mai potrivită sunt mult mai mari.

Ai doar impresia că este o nepotrivire

Unul dintre cele mai dificile şi mai problematice concepte pe care trebuie să le asimileze oamenii este acela că „fiecare sac îşi are peticul lui”. Primesc telefoane după telefoane din partea unor oameni care se plâng că partenerul unui prieten sau al unei rude este un ratat – fără acesta, individului în cauză i-ar fi mult mai bine. Când încerc să le explic că prietenul sau ruda respectivă este cel care şi-a ales acel partener şi că doreşte să păstreze relaţia cu el, ascultătorii mei refuză să accepte. În schimb, îmi povestesc despre manipulări, situaţii şi manevre.

De ce? Deoarece, în absenţa acestei perspective, sunt puţine speranţe sau chiar deloc ca ei să păstreze relaţiile pe care le au cu prietenul sau ruda în cauză. Când persoana la care ţin ei îşi schiţează propriul drum în viaţă, aceşti oameni înţeleg că pentru ei nu a mai rămas loc în acea călătorie şi că, orice ar face, nu îşi mai pot salva prietenul sau ruda. S-a terminat!

Telefonul unei ascultătoare rezumă acest aspect:

„Am 34 de ani şi sunt cu prietenul meu de un an şi patru luni; el are 37 de ani. Nu a fost niciodată căsătorit, iar eu sunt divorţată. Niciunul dintre noi nu are copii”.

„Şi cum te pot ajuta?”

„Aseară i-am spus că m-am hotărât să apelez la ajutorul unui terapeut. Am nişte probleme legate de neîncredere şi incertitudini, care îmi afectează relaţia”.

„În ce fel?”

„Nu am încredere în sentimentele lui. Mă întreb dacă mai are pe altcineva. Pur şi simplu, nu sunt sigură”.

„El se comportă într-un fel care ar da de bănuit oricărei persoane raţionale?”

„Nu chiar”.

„Nu chiar înseamnă «da», dar spus numai pe jumătate. Mai bine spune-mi ce te face să crezi că «da»”.

„Problema este că uneori îmi transmite mesaje care se bat cap în capl

„Ce înseamnă acest lucru, mai exact?”

„Păi… când vorbim despre viitor, uneori îmi spune clar că vrea să rămânem împreună, iar peste o săptămână îmi spune ceva de genul: ei bine, poate că nu suntem făcuţi unul pentru altul. Probabil că ne înşelăm amândoi”. NEPOTRIVIRE STUPIDĂ

„În regulă, dar dă-mi voie să te întreb ceva înainte să dai 200 de dolari pentru o şedinţă de 45 de minute de terapie. Din ceea ce mi-ai descris tu, este vorba despre o opinie care se schimbă după cum bate vântul. De ce ai tu nevoie să-ţi tratezi nesiguranţele, când el se răzgândeşte după cum bate vântul? Nesiguranţa este reacţia oamenilor normali atunci când cineva oscilează permanent în convingerile sale. Este o reacţie firească. Acum pune-ţi următoarea întrebare: ce face o persoană raţională, rezonabilă şi normală când are o relaţie cu un om care îşi schimbă convingerile după cum bate vântul?”

„Presupun că ar trebui să renunţe la relaţie, însă eu nu vreau să renunţ la el. Trebuie să înţelegeţi un lucru: şi eu mă răzgândesc destul de des”.

„Iată că acum ţi-ai găsit perechea!”

Pe măsură ce conversaţia noastră progresa,

ascultătoarea mea dovedea o înţelegere din ce în ce mai profundă a zicalei: „Oriunde ai merge, te vei găsi tot pe tine”. A spus că nu voia să înceapă o relaţie nouă şi să facă aceleaşi lucruri ca în trecut. Mi-a mai mărturisit şi faptul că prietenul ei nu era de acord ca ea să meargă la terapeut. I-am explicat că reacţia lui dovedea clar că se temea prea tare să se confrunte cu problemele şi slăbiciunile lui; în plus, dacă ea s-ar fi vindecat, nu ar mai fi dorit să rămână într-o relaţie nesănătoasă. Cine se aseamnănă se adună: oamenii nesănătoşi cu oameni bolnavi, oamenii sănătoşi cu oameni normali. Una dintre cele două părţi nesănătoase va încerca întotdeauna să submineze încercările celuilalt de a se vindeca, fiindcă oamenii nu vor să rămână singuri.

„Aşa că”, i-am mai spus eu, „la vârsta de 34 de ani, trebuie să te uiţi în urmă la viaţa ta şi să te întrebi: «Oare vreau să fiu în continuare bolnavă ca să îl păstrez în viaţa mea – şi niciodată să nu mă vindec, să nu mă simt mai bine, să mă chinui aşa la nesfârşit?”

„Nu, cu siguranţă că nu. Din nefericire, acesta este adevărul. Din alte puncte de vedere, este un om minunat, care are multe de oferit”.

„Este foarte frumos ceea ce îmi spui. Dar dacă oamenii nu sunt constanţi, ceea ce au de oferit îşi pierde valoarea. Este ca şi cum ai avea o masă superbă de mahon, ale căreiv picioare sunt de lungimi diferite. Ce valoare are o astfel de masă? Aşadar, este foarte bine pentru faptul că are calităţi. Şi tu ai. Însă, în ce priveşte o relaţie, nu sunteţi nişte persoane sănătoase, nu-i aşa?”

„Corect”.

„Atunci va trebui să renunţi la securitatea pe care ţi-o oferă el”.

„Este foarte adevărat”.

„Iar acesta este momentul în care cei mai mulţi oameni eşuează. Nu renunţă şi nu se vindecă”.

Imaginaţi-vă doi oameni care stau jos, îmbrăţişaţi. Unul dintre ei decide să se ridice. Celălalt poate fie să stea în picioare alături de partener, fie să îl tragă pe acesta înapoi. Sunt singurele moduri în care pot rămâne împreună. Feriţi-vă de cei care încearcă să vă tragă înapoi!

În ciuda tuturor influenţelor familiei, a problemelor inerente şi a zbuciumului interior, dumneavoastră rămâneţi singurul responsabil şi capabil să vă alegeţi drumul în viaţă. Aşa cum ne reaminteşte o ascultătoare:

„Eu şi soţul meu eram căsătoriţi de doi ani. În aceşti doi ani am înţeles ce caracter aş fi vrut să aibă partenerul meu – calităţi pe care soţul meu nu le avea: să fie ambiţios, să fie un lider spiritual puternic, să fie motivat, să simtă entuziasmul de a trăi şi dragoste pentru copii.

Vă sugerez cu toată tăria să aSTE PĂŢI PÂNĂ CÂND ŞTIŢI CINE SUNTEŢI înainte de a vă căsători. Dacă nu ştiţi cine sunteţi, cum puteţi şti ce vă doriţi de la soţul şi tatăl copiilor dumneavoastră?”

Cei mai mulţi dintre dumneavoastră nu se gândesc cum va fi viaţa lor în viitor. Este nevoie de atât de multă evoluţie personală, de conştientizare şi maturizare a propriei persoane înainte de a lua o decizie atât de importantă precum alegerea unui partener de viaţă. Este nevoie să deveniţi independent, să vă găsiţi locul în lume, să vă descoperiţi identitatea şi să evoluaţi spiritual. Toate acestea cer (timp şi răbdare.

Dacă nu vă rezervaţi timpul şi nu aveţi răbdarea necesare, s-ar putea să încercaţi să vă descoperiţi identitatea în problemele altcuiva.

1

Litotă = figură de stil care constă în a spune cât mai puţin şi a face să se înţeleagă cât mai mult. V V

2

În original (engl.) este folosită expresia political coreciness (vezi pag. 203)

Factorul numit „frică”.

O ascultătoare scria: „M-am căsătorit cu el fiindcă îmi era îngrozitor de frică. Mi-era teamă să cresc singură doi copii (unul dintr-o căsnicie anterioară, al doilea – al nostru). Frica este o forţă redutabilă, pentru că ne întunecă percepţiile şi raţiunea. Am tot sperat că soţul meu se va transforma în partenerul la care visasem eu. Şi în această privinţă m-am înşelat”.

Bărbatul despre care este vorba în scrisoare este alcoolic, mitoman şi chiar a părăsit-o, fugind o vreme cu o altă femeie, în timp ce ea era însărcinată în cinci luni cu copilul lui. Imediat după nuntă, s-a reîntors nu numai la „iubita”, ci la „iubitele” lui.

Încheierea scrisorii a fost mult mai liniştitoare:

„Doar după ce l-am părăsit mi-am dat seama că fusesem dintotdeauna perfect capabilă să îmi cresc singură copiii. Mi-am dat seama că nu era nevoie să mă târăsc pe mine şi pe copiii mei prin tot acest calvar”.

Deşi mă bucură faptul că, în cele din urmă, a încetat să mai fugă de responsabilităţi, este trist că şi copiii ei, că ai multor alţi oameni nepregătiţi să îşi asume răspunderea chiar şi pentru ei înşişi, vor mai avea încă de suferit.

Povestea ei nu este neobişnuită. Dacă există o temă care predomină printre motivele pentru care oamenii intră în „nepotriviri stupide”, aceea este frica:

„Soţul meu este un bărbat minunat, dar m-am

căsătorit cu el mai mult din teama că nu mă voi putea descurca singură, deck din dragoste pentru el şi speranţa unei vieţi pe care să o construim împreună. M-am căsătorit pentru că îmi doream ceea ce credeam eu că înseamnă siguranţă. Acum am casă, maşinile şi multe alte lucruri, dar mi-am pierdut respectul de sine. „Alte exemple:

esr „M-am agăţat de relaţia aceea pentru că nu credeam că merit ceva mai bun. Uneori mă simt furioasă şi plină de amărăciune din cauza experienţelor neplăcute pe care le-am trăit şi a felului în care am fost tratată. Într-o bună zi, mi-am dat seama că şi eu eram vinovată. Am ţinut de relaţia aceea până când m-am simţit suficient de puternică pentru a merge mai departe cu viaţa mea. Când, în cele din urmă, mi-am dat seama că meritam ceva mai bun şi că aş fi putut să fiu iubită şi de către un altfel de om, am fost capabilă să renunţ. Viaţa mea s-a schimbat radical”.

or „Am ă-ut prieteni de la vârsta de 15 ani. Unul după altul; pur şi simplu, nu puteam să fiu singură. La un moment dat, am început să mă întâlnesc cu un bărbat mai în vârstă deck mine. După trei luni, am descoperit că este instabil emoţional, mă jignea şi era alcoolic. Am fost înspăimântată. De ce continuam să mă întâlnesc cu el f Pentru că nu voiam să fiu singură. Pentru că credeam că nu voi mai cunoaşte alţi bărbaţi. Toate aceste motive mi se perindau prin minte, aşa că m-am mulţumit cu ce aveam.

Singurul lucru bun care a rezultat din această relaţie a fost faptul că am încetat să mai caut un bărbat şi am început să mă caut pe mine. Treptat, am început să mă simt bine cu mine însămi. Nepotrivirea stupidă a apărut din teama de a nu fi singură şi nedorită de nimeni. Dar m-am găsit pe mine însămi”.

Mă deprimă să citesc atât de multe scrisori pline de durere, din partea unor bărbaţi sau femei care s-au agăţat de nişte relaţii cu disperarea cu care un naufragiat s-ar agăţa de un pai. Mă întristează să aud că atât de mulţi oameni pun semnul egalităţii între faptul că sunt doriţi, indiferent de calităţile pe care le are partenerul, şi respectul de sine.

J.aţă ce scria o ascultătoare:

Este adevărat că respectul de sine vine din îndeplinirea ţelurilor. Adaug continuu în viaţa mea lucruri şi ţeluri care să demonstreze cine sunt. Nu mai simt nevoia ca altcineva să facă aceste lucruri în locul meu”.

Bravo! Pentru că este singurul mod în care poţi câştiga respectul de sine: prin tine însuţi. Altfel, s-ar numi respectul altora.

Iubirea nu este de ajuns

Pur şi simplu, îmi ies din minţi când ascultătorii mei, descriind caracterul dezgustător, imoral, crud, stupid şi de-a dreptul diabolic al soţului/soţiei sau al iubitului/iubi-tei, se liniştesc în cele din urmă singuri cu cele trei cuvinte fatale: „Dar îl/o iubesc”. Mi-e greaţă! Una dintre ascultătoarele emisiunii mele mi-a scris ca să-mi povestească despre iubitul pe care îl avea de patru ani şi care nu catadicsea să îi dea un inel, dar făcea aluzii la un viitor împreună, nu era apropiat, ba chiar se purta răutăcios cu copiii ei, flirta cu femei mai tinere şi avea întâlniri cu prietenele căsătorite ale fiicei lui de 24 de ani, la care participa şi fiica lui pe post de „parteneră”. Ascultătoarea mea mai scrie:

„Dacă vi se pare că exagerez, vă rog să îmi spuneţi. Am avut o căsnicie catastrofală şi am nevoie de cineva lângă mine, în ciuda independenţei mele. La fel ca fiul meu, şi eu sunt foarte emotivă şi sensibilă.

Fiindcă de acum încolo nu mai întineresc\ mă gândesc că poate ar fi timpul să merg mai departe. Însă când mă gândesc să îl părăsesc, mi se rupe inima.

Am crezut că fiecare am găsit dragostea vieţii noastre în celălalt. Acum nu mai sunt sigură că este de ajuns”.

Dacă m-ar fi sunat în timpul emisiunii, aş fi întrebat-o ce Dumnezeu făcea el ca să îi lase impresia că este dragostea vieţii ei? Şi, pentru numele lui Dumnezeu, ce credea ea că înseamnă dragostea? Iubirea nu înseamnă euforie şi pofte trupeşti. Deşi pasiunea fizică şi emoţională sunt o parte a iubirii, euforia şi poftele trupeşti nu sunt obiectul ei, ci spun mai multe despre subiect. Dacă aceste stări sunt fundamentul atracţiei faţă de o persoană, atunci când ajungi să cunoşti cu adevărat acea persoană, rişti mai mult să fii dezamăgit, decât dacă ar fi fost vorba de o dragoste care se naşte treptat. Iubirea care se naşte atunci când euforia şi atracţia sexuală sunt controlate este o dragoste provenită din admiraţie, respect şi încredere. Este iubirea care durează în toate cele patru anotimpuri ale anului.

Nu există „dragoste la prima vedere”, există doar atracţie sexuală şi proiectarea romantică a fanteziilor. Nu există iubire acolo unde există teamă. Nu există iubire dacă nu există sănătate emoţională sau capacitatea de a comunica despre chestiunile emoţionale şi practice. Putem vorbi doar de un ataşament disperat. Mă străduiesc foarte tare să îi fac pe oameni să înţeleagă că ataşamentele disperate îi fixează în relaţii distructive şi să îi conving să înceteze să mai folosească „iubirea” drept pretext pentru a justifica toleranţa a ceea ce ar trebui să respingă şi să schimbe ceea ce ar trebui să schimbe.

De curând, am avut o discuţie cu un evreu

hasidic despre formalităţile logodnei în comunitatea lor. Mi-a vorbit radiind de admiraţie despre cât de deosebite sunt femeile, iubirea, căsătoria şi familia. Mi-a povestit faptul că adepţii religiei hasidice nu au întâlniri cu membrii sexului opus până ce nu sunt pregătiţi să se căsătorească. Ei nu au niciun fel de contact fizic până după nuntă – iar contactele fizice includ atingerea mâinilor. Îşi petrec ore, săptămâni şi luni întregi vorbind despre realităţile vieţii, sentimentele lor, bucuriile, opiniile, planurile şi idealurile lor, îşi cunosc familiile şi devin apropiaţi, iar apoi hotărăsc dacă se potrivesc.

Am participat şi eu la o astfel de nuntă. Niciodată semnificaţia şi frumuseţea unei nunţi nu m-a emoţionat atât de tare. Cei doi miri se cunoşteau foarte bine unul pe celălalt, erau încurajaţi de ambele familii şi de întreaga comunitate şi credeau cu tărie că unirea lor este o binecuvântare de la Dumnezeu.

Niciunul dintre ei nu mai avusese până atunci relaţii sexuale, avorturi sau inimi frânte într-un mariaj anterior, situaţii care duc adesea la cinism sau insensibilitate. Deoarece relaţia lor nu era sexuală, nu erau dezorientaţi şi nu credeau că iubirea şi sexul sunt unul şi acelaşi lucru.

Atracţia reciprocă era foarte puternică, însă ei hotărâseră să o facă să fie şi mai plină de bucurie şi semnificaţii prin căsătorie.

Ceea ce vreau, de fapt, să vă spun este că pasiunea sexuală şi ataşamentele disperate îi fac pe oameni să creadă că sunt îndrăgostiţi şi că iubirea poate învinge totul. Acestea sunt două convingeri greşite şi extrem de periculoase.

„Prima oară, recunosc, eram amândoi tineri, iar eu eram obsedată, nu îndrăgostită de el. A doua oară, zece ani mai târziu, ne-am dat seama că eram

îndrăgostiţi, dar am luat în calcul alte considerente: eram oare de aceeaşi religie, aveam aceleaşi convingeri etice, opinii, aceeaşi părere despre cum să cheltuim banii şi cum să ne educăm copiii, plus multe altele? După ce m-a cerut în căsătorie, ne-am petrecut doi ani încercând să aflăm aceste lucruri, iar APOI am primit un inel de logodnă, am stabilit data nunţii şi, după şase luni, am avut ceremonia cea mai profundă din punct de vedere spiritual pe care aş fi putut-o visa.

De asemenea, pentru că avem aceleaşi convingeri în privinţa atâtor lucruri şi amândoi suntem oameni morali, divorţul NU este nici măcar o posibilitate, aşa că încercăm să ne rezolvăm toate problemele. Nu ne certăm şi nu avem toane. Ne exprimăm amândoi opiniile diferite, iar apoi cădem de acord şi ajungem la o înţelegere. Nimeni nu câştigă, nimeni nu pierde”.

Evident, această ascultătoare a fost dispusă să evolueze treptat spre dragoste, nu să presupună că iubirea există automat, odată ce există pasiunea, şi a fost destul de înţeleaptă să îşi dea seama că atitudinile, ţelurile şi convingerile comune sunt profilaxia unui MARIAJ SIGUR, care le va îmbunătăţi calitatea vieţii şi a relaţiei.

Mi-a plăcut în mod special o scrisoare pe care am primit-o de la un bărbat de 27 de ani, divorţat, care spunea că el şi soţia lui au crezut că „dragostea va plăti facturile şi va spăla vasele în locul nostru.

Am avut câteva probleme destul de serioase. Mi-am dat seama de probleme, însă am fost prea slab şi prea laş ca să fac ceva suficient de drastic pentru a schimba situaţia. Cu o săptămână înainte de nuntă, am avut o ceartă violentă în legătură cu câteva diferenţe fundamentale în filosofiile noastre de viaţă. La un moment dat, i-am sugerat să amânăm nunta. La

care ea mi-a răspuns că: A) nu ne mai căsătorim niciodată, B) toţi invitaţii sosiseră deja în oraş, C) nu ne mai putem recupera avansul pe care l-am plătit la hotel.

Am apelat la ajutorul unui terapeut. Am înţeles atunci că aveam două variante: fie mă conformam ideilor ei şi făceam pe prostul, fie eram eu însumi şi mă ridicam la înălţimea potenţialului meu, iar acest lucru presupunea să plec de lângă ea. Şi dus am fost!

Una dintre întrebările pe care mi le-am pus mi-a venit în minte citind cartea dumneavoastră 10 lucruri stupide prin care bărbaţii îşi distrug viaţa. Întrebarea mea era: «Oare vreau ca această femeie să fie mama celor 89 de copii ai mei?» Ştiu, doamnă dr. Laura, ar fi trebuit să îmi pun această întrebare şi multe altele asemănătoare înainte chiar de a o cere în căsătorie. Acum privesc întâlnirile într-o lumină complet diferită".

În concluzia acestui capitol am inclus câteva „chestiuni care trebuie analizate pe perioada logodnei", pe care le-am xme «m Nv

primit din partea unei ascultătoare care a învăţat pe propria piele, în urma unei „nepotriviri stupide":

or „Dacă vrei să te (recăsătoreşti, învaţă să împarţi \ puterea.

Trebuie să te placi, să te respecţi şi chiar să te iubeşti pe tine însuţi (fără îngâmfare) pentru a putea împărţi cu altcineva. Depăşeşte-ţi toate durerile înainte de a începe o nouă relaţie.

**" Nu te căsători cu o persoană a cărei familie o urăşti sau pe care o urăşte familia ta. Te căsătoreşti în acelaşi timp cu toată familia – şi va fi un calvar.

Dacă trebuie să te justifici pentru faptul că eşti cu o persoană, mai ales tind vezi steguleţe de avertizare peste tot, acea persoană nu este pentru

tine! Nu o iubeşti. Îţi place doar să ai pe cineva alături.

„3” Nu te culca cu partenerul înainte de căsătorie. POŢI să aştepţi, iar răsplata va fi mai mare.

Aşteaptă până când ai aproximativ 30 de ani (cel puţin 25 de ani) înainte de a te căsători. Călătoreşte, ocupă-te de carieră, participă la activităţi în grup şi distrează-te. Astfel nu va mai apărea pretextul: „Nu m-am bucurat niciodată de viaţă” sau: „M-ai împiedicat să fac ceea ce îmi doream”. De asemenea, înveţi mai multe despre viaţă şi despre tine dacă îţi laşi timpul necesar să te maturizezi.

„Sr Fii capabil să te întreţii singur şi să trăieşti pe picioarele tale o vreme, înainte să-ţi închini viaţa altcuiva. Atunci vei şti că nu eşti disperat.

CSL Dacă eşti divorţat şi ai copii, aşteaptă până se fac copiii mari, apoi recăsătoreşte-te. Concentrează-ţi atenţia asupra copiilor. Ei vor şi au nevoie ca cel puţin unul dintre părinţi să le fie devotat”.

Cum să supravieţuim unei „nepotriviri stupide”.

Este posibil să treceţi prin viaţă alături de o persoană cu care realizaţi o „nepotrivire stupidă 1. Uneori, s-ar putea ca amândoi să vă maturizaţi şi să vă îmbunătăţiţi comportamentele, ceea ce vă va apropia unul de celălalt. Alteori, veţi învăţa, pur şi simplu, să acceptaţi diferenţele şi să cooperaţi pentru a limita conflictele (cum ar fi împărţirea sarcinilor gospodăreşti) şi veţi învăţa să vă bucuraţi de compania celuilalt, momentele petrecute împreună şi amintirile frumoase.

Alteori, singurătatea pe care o aduce distanţa emoţională dintre parteneri şi care este o parte firească a „nepotrivirii stupide” duce la apariţia unor încercări.

„Se spune: contrastele se atrag. A fost cu siguranţă cazul nostru. Ne iubim, însă cam atât. Soţul meu este un ad-i mirator împătimit al sportului. Antrenează, pregăteşte.

I educă şi are relaţii în lumea sportului. Eu mă simt stingheră în lumea lui. După ce mi-am petrecut primii 25 de ani de căsnicie crescând copiii noştri, am descoperit că eu şi soţul meu nu avem prea multe în comun şi nu ştiu cum să mă apropii de el. Pe el nu îl interesează cuplurile cu care mie îmi face plăcere să am legături de prietenie. Acum, pentru că suntem amândoi în prag de pensionare, mă întreb ce naiba vom face unul cu celălalt!”

În astfel de împrejurări, când nepotrivirea nu este legată de comportamente nesănătoase sau distructive, sugerez de obicei ca partenerul mai maleabil pur şi simplu să se implice în activităţile celuilalt. Implicarea presupune, în cazul acestei femei, ca ea să meargă la meciurile în care joacă echipele antrenate de soţul ei, să iasă împreună cu prietenii lui şi chiar să înveţe un sport pe care să îl poată face împreună cu soţul, cum ar fi golful. Uneori, după ce se împacă cu sentimentul că

„Cedează”, oamenii descoperă că pur şi simplu nu au încercat să-şi lărgească orizontul destul de mult şi că anumite aspecte ale noilor activităţi ajung chiar să le placă. În plus, se bucură de apropierea faţă de partener. Şi, aşa cum se întâmplă adesea, partenerul mai puţin maleabil se va simţi mai motivat să facă acelaşi lucru.

Recunoaşteţi, aţi văzut acele steguleţe de avertizare nesuferite!

Au fost momente în care ascultătorii mei au încercat să mă convingă că nu au văzut steguleţele de avertizare. Dacă îi descos puţin, în general se retrag

în apărare spunând: „Ei, dar nu a fost chiar aşa de rău!” sau „Mi-a spus că se va schimba!” sau „Am crezut că sunt cea mai potrivită pereche pentru el/ea şi totul va fi bine”.

Ascultătorii recunosc că au găsit diverse pretexte care să scuze consumul de alcool, violenţa şi multe alte comportamente urâte. Oamenii nu vor să se ruşineze din cauza unui (alt) mariaj eşuat; nu vor să se simtă responsabili pentru probleme („Tu mă obligi să te lovesc/să am o relaţie extraconjugală/să beau”); cred despre ei înşişi că sunt graşi, urâţi şi/sau proşti şi nu au nicio şansă să-şi găsească un alt partener; cred că dragostea lor îl/o va schimba şi apoi îi vor câştiga recunoştinţa eternă iubindu-l/o aşa cum şi-a dorit dintotdeauna să fie iubit/ă; unde mai pui că se lasă conduşi de hormoni, plus că el/ea este atât de frumos/frumoasă, atât de atrăgător/atrăgătoare şi aşa mai departe.

O ascultătoare povesteşte:

„Eu am fost idioata care a găsit scuze pentru orice. Eu mi-am pierdut timpul, stând trează jumătate din noapte şi gândindu-mă cum aş putea să îl schimb. Eu am fost cea care şi-a trădat credinţa. Eu am fost cea care aproape a întors spatele visurilor ei”.

Nu te poţi împiedica să nu fii impresionat de oamenii care se călesc şi merg mai departe, unii înainte, alţii, din nefericire, după ce s-au căsătorit şi au avut copii. Dacă există o nepotrivire profundă în valorile fundamentale, atitudinile, aşteptările, moralitatea şi spiritualitatea partenerilor, este imposibil să se dezvolte” 6 căsnicie sănătoasă şPoâamilie. Nu toate diferenţele sâirt compatibile, în ciuda Faptului că unele contraste se atrag, dintr-o nevoie de a întregi un eu incomplet care tânjeşte după cealaltă parte

— Ca în cazul unui introvertit care este atras de un extrovertit. Iată ce scria o ascultătoare, cu înţelepciune:

„Se poate întâmpla ca un peşte şi o pasăre să se îndrăgostească. Dar unde vor locui?” Trăim în detalii cotidiene, nu în „ceea ce ar putea fi”. Trebuie să avem curajulsi-înţe-Upciunea să recunoaştem aceste amănunte dacă vrem să avem 6 viaţă bună şi şade asigurăm o viaţă frumoasă partenerului şi copiilor.

„Îl iubesc foarte mult pe prietenul meu pe care îl cunosc de un an şi jumătate. Aş vrea să ne căsătorim, dar religiile noastre sunt total diferite. O vreme am încercat să ignor realitatea, dar, în cele din urmă, am înţeles că nu ar fi mers niciodată, dacă niciunul dintre noi nu se convertea la religia celuilalt. Eu nu aveam de gând în niciun caz. A fost foarte dureros, însă despărţirea era singura soluţie”.

A avut dreptate. Unul dintre cele mai pline de bucurii elemente ale unei relaţii, ca şi ale unei familii, este viaţa spirituală împărtăşită de toţi membrii familiei. Oamenu subestimează adesea impactul pe tăr ejlare o viaţă religioasă neîmpărtăşită – până la apariţia copiilor. Apoi, încep

„Războaiele sfinteu.

În emisâuncă Trrea le spun întotdeauna ascultătorilor că există o parte bună şi o parte proastă atunci când renunţăm la o persoană care reprezintă o „nepotrivire stupidă”. Partea bună este faptul că te eliberezi şi poţi face ceva constructiv. Partea proastă este aceea că durerea persistă o vreme. S-ar părea că, de cele mai multe ori, partea proastă cântăreşte mai mult decât partea bună. Este foarte trist că atât de mulţi oameni nu rezistă în perioadele dureroase şi dificile ale unei tranziţii. În loc să se concentreze pe ceea ce va fi posibil, ei se concentrează pe momentul

actual, pe pierderea suferită, pe durere şi dezamăgire. Această perspectivă duce în mod direct la o soluţie de a scăpa de durere. Iar aceasta conduce la îndoieli („Dacă eu sunt de vină, atunci nu ar trebui să îl/o părăsesc”) şi la justificări („Dacă nu ar fi alcoolul/serviciul/ glezna sucită, nu sar purta aşa”) şi, într-un final, la ceea ce eu numesc „înnobilare”, cea mai bună justificare („Nu ar trebui să mă gândesc doar la fericirea mea, îl/o fac să sufere dacă îl/o critic sau părăsesc”).

Nu faceţi şi dumneavoastră la fel. Înconjuraţi-vă de cei dragi şi înţelepţi, atât membrii familiei, cât şi prieteni, rugaţi-vă, vorbiţi cu un terapeut sau cu preotul dumneavoastră, daţi-mi un telefon!

Altfel, următoarea ascultătoare va vorbi şi în numele dumneavoastră:

„Am avut parte numai de vânătăi şi umilinţe pentru faptul că am ignorat steguleţele de avertizare. Mi-am pierdut personalitatea şi individualitatea. Nu mai aveam păreri personale. Bila rotundă (eu) nu s-a potrivit în gaura pătrată, aşa că am încercat să îi schimb forma”.

Este ironic faptul că a folosit simbolul rotundului şi al pătratului ca să descrie o nepotrivire, pentru că o altă ascultătoare sugerează că mariajul şi viaţa de familie li se potrivesc numai oamenilor „rotunzi”. Iată de ce:

„Este un cerc al iubirii. Oamenii care mint, sunt alcoolici şi infideli, cei care nu sunt sănătoşi din punct de vedere emoţional, drăguţi şi sufletişti sunt ca nişte «găuri pătrate». Astfel că nu îi puteţi avea ca parteneri fără să aveţi parte de o nepotrivire foarte dureroasă”.

Morala acestui fragment este că trebuie să fim „rotunzi” şi să găsim alţi oameni „rotunzi” care să ne

fie prieteni şi, mai ales, parteneri.

Prea tânăr, prea naiv, prea disperat

Ori de câte ori un ascultător îmi spune că vrea să se căsătorească, prima mea întrebare este: „Câţi ani ai?” A doua întrebare este: „Câţi ani are cel/cea cu care vrei să te căsătoreşti?” Dacă cele două numere sunt foarte diferite sau dacă suma lor este mai mică de „50”, mormăi, scrâşnesc şi scot tot felul de sunete indecente prin care îmi exprim dezaprobarea.

Când ascultătorii îmi spun, după ani de chin, dezamăgire şi suferinţă pe care i-au petrecut în căsnicii groaznice, că îşi dau seama acum că s-au căsătorit prea tineri şi îşi doresc să fi putut vorbi cu mine acum mulţi ani în urmă, eu le spun: „Mda, dar oare m-ai fi ascultat dacă ţi-aş fi spus că eşti prea tânăr pentru căsătorie?” Răspundul sincer, pe care îl primesc de cele mai multe ori, este: „Nu”.

Într-un mediu controlat, unde toată lumea cunoaşte pe toată lumea şi toţi s-au căsătorit devreme, după ce părinţii au cercetat, au ales şi au oferit sfaturi referitoare la viitorul partener, într-un mediu unde fidelitatea, devotamentul şi expresia „până când moartea ne va despărţi” constituie regula de bază, unde aşteptările sunt modeste, iar responsabilităţile sunt luate în serios, într-un astfel de mediu cu greu se poate spune că cineva este „prea tânăr” pentru căsătorie.

Cea mai mare parte a lumii însă nu este un astfel de mediu controlat. Cei din jur sunt incredibil de mobili, rata de „divorţ-mutat-recăsătorit-divorţ” este foarte ridicată, concubinajele temporare sunt o normă socială, copiii se nasc în familii inexistente şi, în general, aşteptările care se infiltrează în inima fiecărui individ reprezintă satisfacţia personală maximă. În acest mediu, cu siguranţă putem vorbi

despre „prea tânăr” pentru a se căsători.

De ce? Pentru că există prea puţine valori puternice care să fie împărtăşite. Pentru că anonimatul este peste tot. Pentru că există foarte mult stres exercitat de societate. Pentru că există prea puţine familii şi comunităţi care să asigure o educaţie sănătoasă şi corespunzătoare, şi există prea puţine relaţii responsabile şi stabile care să ofere un exemplu de urmat.

Din cauză că normele sexuale ale societăţii sunt mai permisive ca niciodată, graba cu care oamenii fac investiţii emoţionale şi fizice îi face pe tineri să creadă, în mod greşit, că experimentează ceva valoros când, de fapt, nu este adevărat; au impresia că trăiesc ceva de valoare alături de oameni valoroşi când, în realitate, lucrurile stau cu totul altfel.

Iată ce scrie un ascultător care s-a trezit la realitate: „Oare unde am greşit de mi-am distrus relaţia? Am fost prea tânăr când mi-am luat angajamente. Nu mi-am dat seama de slăbiciunile care au ajuns să ne bântuie astăzi relaţia. Nu am luat în considerare sfaturile pe care le-am primit când încă mai puteam face ceva. Nu mi-am evaluat punctele forte şi slăbiciunile personale atunci când am luat hotărâri. Când privesc în urmă, văd totul foarte clar, însă, când eram tânăr, ar fi trebuit să cer nişte ochelari de vedere, în loc de lentilele roz prin care priveam lumea”.

În general, mentalitatea unui tânăr nu este pe deplin formată, este prea simplistă, presărată cu insecurităţi şi ignoranţă şi învăluită în fantezii şi păreri subiective.

„Ca majoritatea tinerilor, atunci când mi-am ales viitoarea soţie nu m-a interesat decât să fie atrăgătoare şi să spună că se simte atrasă de mine. În

consecinţă, fiindcă mă plăcea, m-am căsătorii la 19 ani cu o tânără de 21 de ani, care avea o siluetă superbă. Nu am luat în considerare tendinţele pe care le manifestase în trecut (întreţinuse nenumărate relaţii sexuale şi avusese deja un copil nelegitim pe care îl dăduse spre adopţie) şi nu mi-a pasat de faptul că niciuna dintre relaţiile ei nu duraseră, din cauză că era o persoană înfumurată şi nu îi păsa decât de nevoile ei.

Numai pentru că cineva se simte atras de tine şi spune că te iubeşte, NU înseamnă că acea persoană are suficiente calităţi ca să te căsătoreşti cu ea. Am învăţat această lecţie pe propria piele şi cu preţul suferinţei copiilor mei".

Tinerii, între 17 şi aproximativ 25 de ani, se află într-o etapă a vieţii când încep să se maturizeze şi să-şi dezvolte o personalitate unică şi autonomă. Este o perioadă dificilă din punct de vedere emoţional şi, într-un fel, înspăimântătoare. Se întâmplă destul de des ca atât femeile, cât şi bărbaţii tineri să se repeadă în relaţii în care speră să găsească instantaneu maturitate, siguranţă şi stabilitate:

— De fapt, eram prea tânăra şi prea imatură ca să am răbdare să găsesc bărbatul potrivit".

„Ştiam că bărbatul cu care urma să mă căsătoresc nu i era o pereche potrivită pentru mine. Părinţii, rudele şi prietenii m-au avertizat. Am mers mai departe şi am făcut nunta dintr-un sentiment de revoltă stupidă".

„Când o persoană se căsătoreşte foarte devreme, nu are cum să evaluze atributele partenerului prin comparaţie cu ale altora. Pur şi simplu, nu are destulă experienţă. Tinerii judecă oamenii după valoarea lor aparentă şi se gândesc numai la prezent. Este ceea ce am făcut eu la 18 ani.

„Foarte multe dintre regretele mărturisite de ascultătorii mei dovedesc că principala motivaţie a

„Nepotrivirii stupide” din viaţa lor a fost imaturitatea firească a vârstei.

Este firesc să simţi nevoia de a fi iubit, de a-ţi dori pe cineva alături, de a vrea să te simţi matur şi stabil şi este normal să vrei să te simţi în siguranţă. Când tinerii sunt realmente saturaţi de mass-media şi de societatea care glorifică legăturile dintre oameni, indiferent cât de superficiale şi trecătoare ar fi ele, nu trebuie să ne mirăm că, în entuziasmul lor, îşi doresc şi că o bucăţică de glorie.

Am fost neplăcut surprinsă să constat că foarte mulţi bărbaţi tineri (şi chiar şi mai în vârstă) nu mai au nicio idee despre ce ar trebui să fie un „bărbat”. Nu vă pot spune cât de dispreţuitoare am fost cu bărbaţii care m-au sunat, care s-au căsătorit prea tineri, înainte să îşi găsească o slujbă, având încă datorii de achitat şi care se aşteaptă ca soţiile lor să muncească (abandonându-şi copiii la creşă), astfel încât ei să se poată bucura de bogăţia în care au fost crescuţi sau care cred că li se cuvine „acum”. Aceştia îmi spun adesea că vor locui la subsolul casei părinteşti sau că socrii îi vor ajuta financiar.

La rândul meu, le spun că, într-o vreme – alta decât prezentul –, valoarea unui bărbat era dată de capacitatea şi dorinţa lui de a-şi asuma răspunderi şi de a se pregăti să-şi îndeplinească obligaţiile. Astăzi, un bărbat nu trebuie decât „să-şi găsească o femeie”!

Da, cu siguranţă există o vârstă „prea tânără” pentru căsătorie, care duce de obicei la o

„Nepotrivire stupidă”, în primul rând pentru că, la această vârstă, tinerii au impresia că este ca un joc de bâlci, unde trebuie să nimereşti prima ţintă care îţi iese în cale, sau prima care îţi gâdilă orgoliul pentru

toate motivele greşite din lume.

„Înainte de orice, m-am căsătorit prea tânăra, iar aceasta a fost prima greşeală. Întrebaţi orice tânăr de17 ani şi vă va spune că ştie tot, mai ales despre dragoste. Însă iubirea a fost, de fapt, atracţie fizică. Am ales să ignor lucruri de care eram conştientă. Însă problemele pe care le am astăzi în căsnicie sunt rezultatul direct al ignorării problemelor iniţiale”.

Întotdeauna mă impresionează oamenii care sunt dispuşi să îşi recunoască slăbiciunile, pentru că numai prin această evaluare poţi începe să afli ce anume trebuie să schimbi la tine însuţi ca să devii mai puternic.

„Niciunul dintre noi nu era pregătit din punct de vedere emoţional – nu am ştiut să mă respect pe mine însămi şi să îi împărtăşesc punctul meu de vedere în ce priveşte o relaţie satisfăcătoare; a considerat că prietenia dintre noi nu era prea importantă. Principala nepotrivire: eu eram creştină şi credeam cu tot sufletul meu în Dumnezeu, pe când el nu dădea doi bani pe religie. Nu m-am respectat suficient de mult ca să pun punct, fiindcă îmi plăcea «siguranţa» pe care ţi-o dă un «iubit»”.

În alte vremuri, când conştientizării problemelor i se opunea conştientizarea faptului că jurămintele de credinţă trebuie respectate, oamenii s-ar fi străduit să-şi păstreze mariajul şi să rezolve inconvenientele. În societatea noastră, care promovează conceptul de „unică folosinţă”, aceste considerente nu mai sunt valabile. Cele mai previzibile rezultate sunt acum seriile de inimi frânte, căsnicii distruse şi cămine destrămate.

O ascultătoare, mult mai înţeleaptă acum, ne spune:

„Le-aş sfătui pe tinerele femei să se întâlnească

cu bărbaţi apropiaţi de vârsta lor, să refuze relaţiile sexuale înainte de căsătorie, să cunoască prietenii bărbatului cu care se întâlnesc, să îi cunoască familia şi să stabilească o relaţie bazată pe încredere înainte de a investi prea multe sentimente. Altfel, vor cădea în capcana unui sentiment de falsă siguranţă”.

Înţelepte cuvinte!

Prea bătrân şi prea prost

La cealaltă extremitate se află femeia sau bărbatul în vârstă, care vor să nege iminenţa ciclului vieţii:

„Am început o relaţie cu o femeie mai tânără cu 27 de ani deck mine. La început, totul a fost minunat şi, bineînţeles, pluteam pe norişori roz. Apoi, am realizat brusc (după trei ani!) că nu aveam lângă mine o persoană care să îmi înţeleagă sentimentele şi dorinţele. Eu îi susţineam permanent orgoliul şi îi ofeream ceea ce îşi dorea sau avea nevoie. Din partea ei nu primeam acelaşi lucru şi, de multe ori, mi-aş fi dorit să am pe cineva alături care să îmi înţeleagă trăirile”.

Nici nu aş fi putut să rezum mai bine cea mai importantă problemă a „nepotrivirii stupide”: „o persoană care să îţi înţeleagă sentimentele şi dorinţele”. Chiar dacă este vorba despre copii, religie, politică, sex, hobby-uri, iubire, familie, moralitate sau ce culoare vreţi să aibă pereţii din sufragerie, trebuie să vă asiguraţi că aveţi lângă dumneavoastră o persoană care să vă înţeleagă sentimentele şi dorinţele. Ceea ce nu înseamnă că trebuie să fiţi întotdeauna de acord.

Dar înseamnă că amândoi trebuie să înţelegeţi, să vă pese, să fiţi empatici, să fiţi dispuşi să faceţi compromisuri şi să plasaţi relaţia pe primul loc, să admiraţi calităţile fundamentale ale celuilalt, să

încurajaţi partea bună a partenerului, să îl ajutaţi în punctele slabe, să vă îndreptaţi propriile defecte, să vă asumaţi responsabilitatea pentru acţiunile dumneavoastră şi să vă respectaţi sacralitatea jurămintelor de credinţă.

Despărţiri stupide „M-am despărţit o dată de un tip pentru că sforăia în timp ce stătea în faţa televizorului.

Sigur, nu i-am dat explicaţii, i-am spus că vreau să fim doar amici. Am avut şi un iubit căruia îi mirosea gura.

Aceluia i-am spus motivul”.

O ascultătoare altă ascultătoare mi-a povestit că şi-a întrebat soţul de ce, după 12 ani de căsnicie şi doi copii, a părăsit-o pentru o altă femeie:

— Mi-a spus că trebuia să se gândească pentru a-mi i răspunde la întrebare. După două zile m-a sunat să îmi spună motivul. Mi-a spus, citez: «întotdeauna mi-am dorit să te duci acasă la mama mea şi să înveţi cum se face gemul, însă nu ai făcut-o niciodată.» Am paralizat de uimi) e! M-a părăsit pentru că nu ştiam să conserv fructe? I-am răspuns: «Păi… în regulă, mulţumesc.» Am pus receptorul în furcă şi am rămas înlemnită pentru câteva clipe. Apoi am înţeles brusc. Toate se întâmplaseră nu pentru că eu eram aşa cum eram, ci pentru că el era aşa cum era. Am găsit un instrument excelent ca să descopăr adevărul după care tânjeam. În căsnicia noastră nu au existat certuri, nu au existat conflicte… numai că nu am avut suficientă «dulceaţă»”.

Nu vom şti niciodată dacă ascultătoarea mea a folosit cuvântul cu sensul lui propriu sau cel figurat. Probabil că puţin din amândouă.

Din fericire, nu primesc prea multe telefoane, scrisori sau mesaje electronice din partea unor

oameni ale căror motive de despărţire să sune atât de stupid. Totuşi, sunt extrem de îngrijorată din cauza numărului din ce în ce mai mare de relaţii care se destramă din cauza unor motive inutile şi gratuite, bazate pe noţiunile „moderne de drepturi şi fericire.

Aproximativ două treimi din divorţurile actuale sunt cerute de către femei, iar bărbaţii care mă sună în timpul emisiunii îmi spun că soţiile lor i-au părăsit fiindcă „se îndepărtaseră”, „nu erau fericite”, „nu se simţeau apreciate”, „nevoile lor nu erau satisfăcute”, „ţelurile sau stilul lor de viaţă s-au schimbat”, „s-au plictisit, precum şi scuza favorită, „să se regăsească pe ele însele”.

Este important să observăm că violenţa, drogurile şi consumul abuziv de alcool, neglijarea sau abandonul şi legăturile extraconjugale – care, în trecut, erau plângerile obişnuite ale soţiilor – sunt rareori motivul pentru care femeile pun capăt unei căsnicii în zilele de azi. De fapt, lucrurile stau invers. Unele femei par să fie mai răbdătoare cu astfel de defecte, decât să facă faţă procesului de maturizare şi efortului necesar pentru menţinerea şi evoluţia unei căsnicii în care singurele probleme sunt petele de pe Lună şi plictiseala…

Personal; discreditez feminismul pentru evoluţia tristă, regretabilă şi stânjenitoare a relaţiilor dintre sexe. Mai ţineţi minte proclamaţia Gloriei Steinem, care afirma că „o femeie fără bărbat este ca un peşte fără bicicletă”? Oare ce voia să spună? Feministele au declarat bărbaţii ca fiind „imperiul răului”, fiindcă le oprimau pe femei prin sex (unele feministe radicale numeau orice formă de sex „viol”), obligându-le să poarte sarcina şi să se ocupe de creşterea şi educaţia copiilor (situaţii remediate cu ajutorul avorturilor, creşelor şi mamelor-surogat) şi prin intermediul

căsătoriei (un fel de cetăţenie de categoria a doua, adică un fel de sclavagism). Când femeile „se luminează”, îşi părăsesc bărbaţii. Pentru ce?

O ascultătoare a emisiunii, bunică acum şi vindecată de feminism, mi-a scris:

„În anii ’70, am citit Mistica feminină1, despre «renumita problemă» a soţiei casnice. Mi-am părăsit imediat soţul şi cele trei fetiţe minunate pe care le aveam şi m-am înscris la facultate, căutând acel «ceva» iluzoriu care să mă facă să simt împlinirea.

Fiind crescută în spiritul «drepturilor pe care le au femeile prin naştere», am devenit o susţinătoare ferventă a feminismului. Mi-a luat ani întregi ca să îmi dau seama ce escrocherie era în realitate mişcarea drepturilor femeii. Rezultatele oribile le vedem acum peste tot în jurul nostru. Scopul feministelor era, şi încă mai este, distrugerea căsătoriei. În această privinţă, au avut un succes răsunător.

Sunt bunică acum şi mă străduiesc zi de zi să îndrept răul pe care l-am făcut copiilor mei”.

Destul de des în timpul emisiunii, vorbesc cu pasiune despre exact aceeaşi problemă. Critic furioasă impactul negativ evident pe care care l-au avut asupra femeilor, ca să nu mai vorbim de bărbaţi şi copii, aceste noţiuni aberante promovate de mişcarea feministă. Oare cum devine conştiinţa unei femei mai elevată atunci când avortează copiii pe care îi poartă în pântece, fără vreun alt motiv în afară de momentul nepotrivit? Cum devine oare spiritualitatea unei femei mai profundă atunci când este concubina unui bărbat (sau a mai multora) şi are relaţii sexuale în cadrul unei relaţii nelegitime? Cum oare se îmbunătăţeşte statutul unei femei atunci când are copii în afara căsătoriei, pe lângă problemele pe care le ridică sărăcia, creşterea copiilor şi izolarea? Şi, întrebarea

pe care o adresez adesea în timpul emisiunii mele de radio: „Cum se face că voi, femeile, aţi permis unei astfel de filosofii să vă distrugă viaţa, pe cea a copiilor voştri şi a societăţii?”

O altă ascultătoare se plânge că prietenele libertine şi feministe pe care le-a avut în facultate au avertizat-o în legătură cu genul de bărbat de care trebuia să se ferească. Acum crede că, din cauza faptului că le-a ascultat sfaturile, s-a aruncat cu capul înainte într-o „despărţire stupidă”:

„Când eram în ultimul an de facultate, am hotărât să mă despart de prietenul pe care îl aveam de doi ani. Era un bărbat inteligent, afectuos, care credea în Dumnezeu, avea perspectiva unei cariere promiţătoare de avocat şi o relaţie profundă cu părinţii şi cei cinci fraţi şi surori, bazată pe iubire. Mi-a spus că îşi dorea să ne căsătorim şi m-a asigurat că, atunci când vom avea copii, eu nu voi fi obligată să muncesc şi voi putea să rămân acasă ca să mă ocup de copii.

M-am simţit atât de umilită! Şocată! Avea impresia că femeile trebuie să stea la cratiţă şi să îşi crească plozii! «Ce nemernic!», le-am spus prietenelor mele la fel de libertine şi feministe ca mine. Bineînţeles că mi-au dat dreptate. Una dintre ele a exclamat: «În ce epocă îşi închipuie că trăim? Bărbaţii ca el sunt cei care vor să ne menţină în sclavagism”.

Ei bine, m-am despărţit de el şi am făcut o alegere «mai bună», după părerea prietenelor mele. Un student în ultimul an, care avea 29 de ani şi probleme cu alcoolul, care fuma, avea tot corpul acoperit de să-i zicem, acea «artă a trupului» şi era ras în cap. Locuia cu părinţii şi, evident, nu avea nici slujbă, nici bani”.

După cum am aflat din scrisoarea ei, tatăl

ascultătoarei mele s-a dus la o librărie şi i-a cumpărat prima mea carte: 10 lucruri stupide prin care femeile îşi distrug viaţa. Acum este fericită că i s-au deschis ochii şi este căsătorită cu un bărbat minunat (care are o slujbă şi niciun desen artistic pe corp). Una dintre principalele chestiuni pe care le abordam în cartea mea se referea la reafirmarea unui adevăr evident: femeile îşi doresc iubire, ataşament, familie şi copii. Deşi alegerea unei cariere este o alegere rezonabilă şi personală a anumitor femei, este o cruzime să diminuezi valoarea maternităţii şi a căsătoriei negându-le direct, criticându-le sau considerându-le aspecte mult mai puţin importante în viaţa unei femei decât o carieră. Procedându-se în acest fel, se neagă un adevăr de necombătut: nevoia psihologică şi biologică fundamentală a femeilor de a avea relaţii interumane şi de a avea grijă de familiile lor; şi, totodată, nevoia bărbaţilor de a-şi proteja şi întreţine familia.

Fiţi suspicioşi!

Femeile tinere, crescute în spiritul propagandei feministe, sunt suspicioase în privinţa mariajului. Bărbaţii tineri, crescuţi şi ei în acelaşi spirit al propagandei feministe, sunt suspicioşi în privinţa femeilor. Încercaţi să vă închipuiţi că sunteţi un tânăr student în zilele noastre: vă veţi expune procesului de reeducare dominat de feminism, care, sub masca neutralităţii academice, continuă în cursurile de psihologie, sociologie şi chiar de istorie! Am primit nenumărate scrisori din partea bărbaţilor care se tem din ce în ce mai tare că nu vor reuşi să găsească o fată de treabă cu care să se căsătorească şi care să nu plece curând după aceea, luându-i casa şi copiii.

Bărbaţii şi femeile sunt programaţi să fie suspicioşi şi atenţi ca nu cumva să fie folosiţi. Din

nefericire, pentru prea mulţi oameni, activităţile de a-şi întreţine familia sau de a le oferi copiilor o educaţie intră în această categorie.

Pe lângă distrugerile provocate de feminism, societatea s-a îndepărtat complet de nobleţea obligaţiilor şi a devotamentului, punând accentul pe drepturi, fără să sublinieze în acelaşi timp şi

„Responsabilităţile" pentru a crea un echilibru. Fără un simţ profund al responsabilităţilor faţă de ceilalţi, faţă de nevoile şi drepturile lor, suntem un muşuroi de furnici nevrotice, fiecare cu misiunea ei egoistă – şi vă puteţi imagina foarte uşor haosul!

Cu siguranţă, aşa au stat lucrurile în cazul acestei ascultătoare: DESPĂRŢIRI STUPIDE

„Am avut o perioadă de timp în care am inclus cuvântul divorţ în vocabularul meu, iar odată ce l-ai pronunţat, acest cuvânt devine parte din tine şi te devorează. Am fost pe punctul de a divorţa şi eram convinsă că nu îmi mai iubesc soţul. Nu mă puteam gândi decât la MINE şi la ceea ce meritam, iar tot ceea ce îi dăruisem speram să primesc înapoi. Nu ştiu dacă nu cumva chiar acesta a fost motivul pentru care nu am fost răsplătită – nimănui nu îi place să primească dacă cel care dăruieşte aşteaptă ceva în schimb. Acasă, clipă de clipă, nu făceam decât să mă plâng că nu primesc suficient. Am pierdut atât de mult timp întrebându-mă ce am de câştigat, încât nu am fost în stare să văd cât de multe aveam deja! Uitaţi-vă pe voi atunci când îl SPRIJINIŢI pe celălalt şi, în felul acesta, vă veţi regăsi pe voi înşivă!"

Faceţi o plecăciune în faţa Alteţei-MELE!

Recunoaşteţi, este un adevăr dovedit faptul că nu puteţi obţine de la viaţă sau de la o persoană tot ceea ce consideraţi că meritaţi, puteţi sau aţi vrea să obţineţi. În realitate, viaţa este mult mai complicată.

În plus, dumneavoastră chiar vă puteţi imagina că sunteţi tot ceea ce o altă persoană consideră că merită, poate şi vrea să aibă? Nu, bineînţeles că nu. Dacă un om îşi petrece viaţa tânjind după ceea ce nu are, pierde ocazia să se bucure de ceea ce are deja – incluzând, de regulă, multe avantaje şi binecuvântări. De exemplu, chiar dacă soţul meu nu ar dansa nici în condiţiile în care viaţa lui ar depinde de asta (pe când mie îmi place la nebunie să dansez), şi-ar da oricând viaţa ca să ne salveze pe mine şi pe fiul nostru. Într-un fel, cred că am făcut un târg destul de bun. Şi pun pariu că şi dumneavoastră vă puteţi privi căsnicia în aceeaşi lumină, odată ce vă descotorosiţi de convingerea că Dumnezeu v-a lăsat pe acest pământ cu unicul scop de a vă satisface orice dorinţă sau fantezie care v-ar trece prin minte.

„” Această mutare a accentului pe împlinirea personală, care protejează individualitatea mai presus de nevoile „distructive” ale celuilalt, fie el partenerul sau copilul, a cauzat cele mai multe despărţiri stupide.

„Cred cd trebuie să te gândeşti în primul rând la tine şi apoi la ceilalţi, dar cu anumite limite. Dacă ai o relaţie, este dreptul tău să ai grijă de tine şi să fii mai important deck relaţia în sine… însă nu într-un mod egoist”.

A, da? Şi cum se presupune că poţi face acest lucru? „De exemplu”, îşi continuă scrisoarea ascultătoarea mea, „sunt studentă şi educaţia mea va fi întotdeauna mai importantă deck relaţia pe care o am, deoarece educaţia o voi avea toată viaţa, pe când partenerul s-ar putea să nu fie pentru totdeauna”.

Aş vrea să ştiu: de ce este posibil ca partenerul să nu fie pentru totdeauna? Şi-ar putea pierde cumva viaţa apărându-şi patria? Ar putea să moară din cauze naturale? Probabil că nu la acestea se gândeşte ea.

Cel mai probabil, că se gândeşte la cât de mulţi dintre prietenii şi rudele ei au început şi sfârşit, de nenumărate ori, diverse pseudorelaţii, iar ea este îngrijorată.

Sau cum scria o altă ascultătoare:

„Am stat de vorbă cu mulţi dintre prietenii mei ai căror părinţi sunt divorţaţi. Îmi spun că se simt ei înşişi incompleţi, pentru că, în urma divorţului părinţilor, au primit drept moştenire o serie de cicatrice şi răni care le transmit convingerea că sunt urmaşii unor oameni care nu pot merge până la capăt, care sunt capabili să comită greşeli imense şi care abandonează atunci când lucrurile se înrăutăţesc. Cu toţii se îndoiesc de capacitatea lor de a găsi şi păstra iubirea, fiindcă părinţii lor au crezut că se iubesc, însă lucrurile nu «au mers» între ei".

Interesant este faptul că această scrisoare am primit-o de la o tânără care afirma că face parte dintr-un grup restrâns de oameni, din nefericire, printre care şi părinţii ei, care încă sunt căsătoriţi – dar care, după opinia generală, ar trebui să divorţeze.

„Oare certurile permanente, ţipetele şi lipsa de interes a părinţilor faţă de copii m-au făcut să fiu un pic nevrotică şi m-au transformat într-un adult neadaptat 1 Da! Lisă am putut conta întotdeauna pe un singur lucru: părinţii mei nu au divorţat. Am fost nevoită să mă lupt cu multe obiceiuri nesănătoase şi multe slăbiciuni pe care le aveam, însă nu m-am îndoit niciodată că voi fi capabilă să îmi iau un angajament faţă de cineva, că voi putea să merg până la capăt sau că mă voi căsători înainte să fiu complet pregătită. Ştiu că părinţii mei nu s-au iubit în cea mai mare parte a căsniciei lor şi, totuşi, au rămas împreună. Mi-am imaginat oare că mama mea este o «marionetă»? Nici vorbă! Mama mea este cea mai puternică persoană pe

care o cunosc şi o admir foarte mult. Iar tatăl meu mi-a câştigat respectul de la bun început”.

Unii ar putea spune, în cazuri precum cel relatat anterior, că tânăra nu a învăţat altceva de la părinţii ei decât cum să aibă o relaţie dezastruoasă. Nu este deloc adevărat. Ea nu îşi doreşte să aibă mariajul pe care l-au avut părinţii ei, în ceea ce priveşte felul în care s-au purtat unul cu celălalt, însă ar vrea să aibă o căsnicie ca a lor, referindu-se la devotametul pe care l-au avut în cele din urmă faţă de familie şi jurămintele maritale.

În mod ideal, cei doi soţi ar fi trebuit să îşi folosească hotărârea de a-şi menţine devotamentul şi angajamentul luat pentru a-şi îmbunătăţi comportamentul sau pentru a deveni mai înţelegători unul cu defectele celuilalt. Deşi nu acesta este scopul esenţial al unui angajament luat, este totuşi o oportunitate extraordinară în cadrul unei relaţii.

Oamenii trebuie să depună mai multe eforturi în căsnicie

Unul dintre motivele pentru care le tot spun oamenilor faptul că „iubirea nu este de ajuns” pentru a avea o căsnicie de calitate este acela că emoţiile sunt labile, vulnerabile, arca jurămintelor de credinţă, a promisiunilor, a obligaţiilor şi a tradiţiilor sunt nişte cărămizi mai valoroase şi mai demne de încredere în construirea unei relaţii armonioase. Se prea poate să vă găsiţi

„Bucuriile” în fanteziile pe care le aveţi cu un star de cinema sau cu vecinul de alături, însă nimic nu îţi umple inima de o afecţiune mai profundă (şi chiar pasiune) decât să fii martor la tandreţea pe care o are partenerul pentru copii, să ai un partener afectuos şi împăciuitor când tu ai o dispoziţie proastă sau un partener grijuliu când te simţi (şi arăţi) dărâmată.

circumstanţiale, imprevizibile şi nu beneficiază de un coe-icicul de inteligenţă ridicat. Angajamentul luat şi respec

Dacă vă imaginaţi că există vreun om capabil să fie fericit şi voios tot timpul, vă înşelaţi. De asemenea, vă înşelaţi dacă vă imaginaţi că există undeva pe lumea aceasta vreo persoană alături de care să simţiţi o fericire şi o euforie continue. Şi tot greşit este să credeţi că până şi cea mai reuşită relaţie nu are şi ea momentele ei proaste, problemele şi dificultăţile ei, dintre care unele par insurmontabile:

„«Despărţirea stupida» a apărut la cea de-a doua căsătorie a mea. Eram «nefericită». Am avut trei căsnicii. În cele din urmă, preotul meu mi-a explicat care erau cele cinci etape ale unei căsnicii. Prima etapă: te îndrăgosteşti. Etapa a doua: descoperi punctele slabe, defectele etc.

Etapa a treia: decizi în ce fel foloseşti informaţiile pe care le-ai aflat. Etapa a patra: (dacă ajungi la ea) constă în eforturile pe care le faci ca să depăşeşti realităţile celei de-a doua etape. Etapa a cincea: aducerea stării de îndrăgostire la un nivel cu totul diferit de intimitate şi devotament. x M-am luminat! Acum ştiu că, atunci când apar greutăţi, trebuie să merg mai departe. Extraordinar!

Ce revelaţie! îmi dau seama de prostia mea când mă gândesc la răul pe care l-am făcut copiilor mei şi suferinţa pe care i-am provocat-o fostului meu partener. Dacă am fi ştiut că orice relaţie trece prin aceste etape, cred că am fi reuşit să depăşim problemele noastre”.

Cred că milioane de oameni ar reuşi să-şi rezolve problemele dacă ar avea cunoştinţele necesare şi sprijinul familiilor, prietenilor şi al societăţii în general. Din nefericire, există studii recente care au

demonstrat că până şi aşa-zisele cursuri de educaţie maritală care se fac în licee şi facultăţi sunt negativiste şi ostile faţă de instituţia căsătoriei. Ironic este faptul că oamenii căsătoriţi sunt mai fericiţi, mai sănătoşi şi mai prosperi. Ca să vezi!

În cele mai multe cazuri, cuplurile nu se străduiesc suficient ca să rămână împreună. Nu vorbesc despre problemele lor, nu încearcă să le identifice sau să le rezolve. Şi nu-şi rezervă timpul necesar ca să-şi amintească de ce s-au îndrăgostit unul de celălalt la început. Un alt ascultător a adăugat:

„Cred că majoritatea divorţurilor au la origine materialismul. Într-un fel, societatea noastră este coruptă de materialism. Există o competiţie în care fiecare încearcă să aibă cea mai bună maşină, cea mai mare casă, cele mai frumoase haine – dar se pare că nimeni nu este interesat să aibă cea mai apropiată familie, cele mai multe mese luate în familie şi cele mai trainice prietenii cu membrii familiei”.

Am scris despre următoarea chestiune în multe dintre cărţile mele şi le-am reamintit-o ascultătorilor mei de radio: deşi oamenii recurg la divorţ pentru că pare cea mai simplă cale de a scăpa de greutăţile căsniciei şi vieţii de familie, doar următoarele trei situaţii conferă divorţului statutul de soluţie validă: dependenţa, adulterul şi violenţa. Ceea ce nu înseamnă că nu există o cale de întoarcere chiar şi în cazul acestor tragedii.

O ascultătoare mi-a povestit că era alcoolică, îşi pierduse încrederea în căsnicie, în Dumnezeu şi în ea însăşi. A petrecut un an la Asociaţia Alcoolicilor Anonimi, fiind din ce în ce mai conştientă că risca să-şi piardă fiica.

„Simţeam că nu îl mai iubeam pe soţul meu, aşa

că lupta interioară a fost dureroasă, şi eram conştientă de faptul că singurul mod în care îmi puteam recăpăta iubirea pentru el era să am credinţă, să mă rog la Dumnezeu, să merg la biserică şi să cer ajutor. Nu mi-a fost deloc uşor şi am avut momente când am vrut să renunţ, fiindcă este foarte greu să trăieşti cu un om pe care nu îl iubeşti, dar ştiam că Dumnezeu voia ca noi să reuşim. Dacă îmi puteam păstra credinţa în Dumnezeu, ştiam că El îmi va da înapoi sentimentele de iubire pentru soţul meu. Şi Dumnezeu m-a ajutat cu adevărat. Acum avem un fiu de cinci luni şi suntem foarte fericiţi".

Şi-a continuat scrisoarea spunându-mi că este dezgustată de suferinţa pe care i-a provocat-o fiicei sale şi crede că părinţii ar trebui să se gândească mai mult la copii şi mai puţin la ei înşişi, iar astfel lumea ar fi mai bună. Aceasta presupune să vă rezolvaţi problemele conjugale – şi este nevoie de efort.

Atunci când vă confruntaţi cu probleme îngrozitoare, cum ar fi cele trei – dependenţa, adulterul şi violenţa – hotărârea de a rămâne sau de a pleca devine o încercare majoră. Dacă partenerul se căieşte cu adevărat (îşi asumă răspunderea, are remuşcări, îşi îndreaptă comportamentul şi nu mai repetă aceleaşi greşeli), încă mai există speranţe. Dacă nu există căinţă, speranţa este doar o dezamăgire amânată.

Un ascultător povesteşte că încă mai speră, în ciuda faptului că soţia lui continuă să convieţuiască cu amantul şi şi-a abandonat copiii, pe care i-a crescut tatăl, singur:

Cred că oamenii renunţă prea uşor la căsnicie, când, de fapt, iubirea, înţelegerea şi iertarea îl pot ajuta pe partener să-şi amintească motivele pentru care şi-a luat un angajament faţă de tine la început…

Renunţarea la un mariaj fără să încerci să-ţi demonstrezi dragostea şi valoarea este un motiv stupid de despărţire”.

Îi doresc numai bine, deşi împăcarea cu o femeie care este capabilă să-şi abandoneze copiii nu poate fi pentru mine un motiv de prea mare entuziasm.

Mă regăsesc întotdeauna mă amuză teribil expresia: „Trebuie să mă regăsesc”. În primul rând, această justificare pleacă de la ideea că, de fapt, te găseşti în altă parte decât locul unde te afli acum (un fel de „birou de bagaje pierdute” în cosmos), apoi există supoziţia că nu te poţi regăsi în circumstanţele actuale pe care le reprezintă familia şi copiii, iar în final – revelaţia imposibilităţii de a te regăsi în patul altcuiva.

Dacă vrei să te găseşti cu adevărat, atunci caută-te în angajamentele pe care ţi le-ai luat; te vei regăsi în ochii celor care depind de tine; te vei regăsi în felul nobil în care iaci faţă încercărilor vieţii; te vei regăsi în acţiunile şi deciziile tale; te vei regăsi acolo unde te afli chiar acum.

Această noţiune a „regăsirii de sine” este o abordare mentală necinstită a frustrării, a dispreţului faţă de obligaţii şi rutină şi o manipulare insolentă a compasiunii şi înţelegerii unei alte persoane.

„În facultate am avut un prieten timp de doi ani şi jumătate şi am găsit în el iubirea vieţii mele.

Era, şi încă este, tot ce mi-aş putea dori de la un bărbat. În adâncul inimii mele ştiam că va fi un soţ şi un tată minunat. La câteva săptămâni după ce m-am întors dintr-un stadiu de pregătire în străinătate, prin intermediul facultăţii, am rupt relaţia cu el, deoarece simţeam că trebuie să mă regăsesc pe mine, ca individ. A fost cea mai proastă decizie pe care am luat-o vreodată în viaţă. Voi regreta întotdeauna

despărţirea de el”.

De ce regăsirea de sine pare să implice dispariţia unor oameni importanţi din viaţa ta, cum ar fi partenerul, iubitul/iubita sau/şi părinţii? Răspunsul este următorul: cea mai imatură parte a unei persoane s-a întors către copilărie – dorindu-şi să fie centrul universului, fără niciun fel de obligaţii: astfel ajungi să primeşti şi nu eşti obligat să dai nimic în schimb.

Având această atitudine, fie vei sfârşi singur, fie vei avea escapade superficiale şi regrete legate de „despărţiri stupide”.

Nu vă minţiţi singur şi nici pe cei din jur. Când simţiţi nevoia de a o lua din loc, propnţi-vă bine pe picioare şi înfruntaţi-vă îngrijorările şi temerile.

Bine aţi venit pe tărâmul basmelor

Oare ce-o fi în capul dumneavoastră atunci când puneţi fantezia faţă în faţă cu realitatea, şi sunteţi convins că fantezia are mai multă profunzime şi longevitate şi vă va aduce mai multe satisfacţii, respect, promisiuni şi semnificaţii? Problema este că nu gândiţi – pur şi simplu, este un rod al imaginaţiei.

Internetul este une dintre cele mai recente şi mai distructrive forţe care afectează căsniciile din zilele noastre. Relaţiile pe Internet îi costă pe foarte mulţi copii şi parteneri nevinovaţi căldura şi confortul unui cămin intact. Atât femeile, cât şi bărbaţii îşi pierd timpul în „camere de conversaţie pe internet” şi dezvoltă „sentimente” care îi împing să-şi părăsească familiile şi căminul pentru o persoană despre care „ştiu că va fi tot ceea ce le lipseşte în viaţa lor de acum”. Totul, bineînţeles, mai puţin un creier!

„Eu şi soţia mea suntem căsătoriţi de 27 de ani. Credeam că avem o relaţie satisfăcătoare. Am avat şi noi problemele noastre, dar întotdeauna am reuşit să le rezolvăm. Ca să nu mai lungesc prea mult povestea

mea, i-am cumpărat soţiei mele un computer acum doi ani, iar ea a fost foarte încântată, fiindcă întotdeauna se plângea că se plictiseşte. Se distra în „camerele de conversaţie”, flirtând şi amuzându-se. N-am crezut că poate fi ceva rău în acest amuzament. Dar, odată cu trecerea vremii, a început să petreacă din ce în ce mai mult timp în faţa computerului. Ei bine, acum şapte luni am aflat că s-a îndrăgostit de un bărbat care se află la o distanţă de 11 ore de ea, pe care nu l-a întâlnit niciodată. Stă tot timpul în pat şi plânge după el încă mai vorbeşte cu el în fiecare zi, îi spune că îl iubeşte şi că se va căsători cu el.

O iubesc pe femeia aceasta din tot sufletul. Nu ştiu ce să fac. În adâncul inimii mele ştiu că îl iubeşte pe el – acum îi spune lui toate cuvintele pe care mi le-a spus mie cândva”.

Să fim serioşi, cât de insensibilă şi crudă poate fi o persoană cu un om fără de care altă dată credea că nu poate trăi? Şi de ce este un om plictisit? Răspunsul este următorul: numai şi numai pentru că este-el însuşi plictisitor. Rareori oamenii plictisiţi se gândesc la altcineva sau altceva decât la ei înşişi şi dorinţa lor de a fi amuzaţi, emoţionaţi, gâdilaţi, entuziasmaţi, distraţi, sau de a fi în centrul atenţiei.

Atunci când oamenii mă sună şi îmi spun că se simt plictisiţi de viaţa pe care o duc sau căsnicia pe care o au, fac presiuni asupra lor pentru a-i determina să accepte ideea că ei, personal, nu fac nimic ca să îmbunătăţească viaţa lor sau a familiei – pur şi simplu, vor să trăiască un anumit sentiment şi, din cauză că sunt leneşi, îşi imaginează că există undeva un alt individ care va face acest sentiment să se nască. Baftă!

Iarba vecinului este mai… verde

„Eram căsătorită de cinci ani şi mi-am părăsit

soţul pentru un bărbat mult mai tânăr, sperând că viaţa mea va fi mai «condimentată». FALS!!! Am crezut că voi găsi fericirea alatun de un alt bărbat. FALS!!! AIi-am părăsit soţul şi le-am făcut mult rău celor trei copii ai noştri. După nouă luni de zile, mi-am dat seama că ceva era în neregulă… cu MINE. Tocmai împlinisem 30 de ani, munceam din nou cu normă întreagă, copiii mă epuizau şi voiam să scap de toate, dar mi-am dat seama că ceea ce simţeam era absolut firesc şi că greutăţile vieţii nu dispăreau dacă îmi părăseam soţul, fiindcă eu eram problema!!!

Îi sfătuiesc pe oameni cu toată convingerea să încerce în primul rând să se ajute pe ei înşişi, să-şi asume răspunderea pentru acţiunile lor şi să se FEREASCĂ de tentaţii, fiindcă eu am înţeles că aş fi putut pierde cel mai bun tată şi soţ din lume, numai din cauza egocentrismului meu!”

Această ascultătoare a subliniat cel mai important argument al teoriei mele: atunci când vă imaginaţi că vă veţi îmbunătăţi viaţa dărâmând ceva, pierdeţi din vedere adevărul – faptul că sunteţi în mare măsură artizanul calităţii vieţii dumneavoastră. Aşadar, începeţi întâi să renovaţi propria persoană: atitudinile, reacţiile, aşteptările şi acţiunile dumneavoastră. Abia atunci puteţi spera să aveţi credibilitate sau forţă în hotărârea dumneavoastră de a vă îmbunătăţi relaţia, căsnicia şi viaţa de familie.

Un alt aspect important pe care l-a adus în discuţie ascultătoarea mea este ideea de a vă feri de tentaţii. Din nefericire, între Internet şi locul de muncă apar foarte multe tentaţii.

„Am crezut că trebuie să îmi găsesc o slujbă ca să am o viaţă proprie şi să scap de copii. Câştigam bani frumuşei, însă serviciul meu m-a făcut să simt că nu mai am nevoie de soţul meu. Am divorţat”.

Ei bine, după aceea s-au întâmplat numai lucruri rele. La serviciu, bărbaţii i-au acordat foarte multă atenţie, iar ei i-a plăcut. În momentul în care a devenit conştientă, a început să aprecieze faptul că soţul ei era credincios şi atent. Ea s-a recăsătorit cu un bărbat care i-a molestat pe doi dintre cei trei copii ai ei. Acum, după două decenii de terapie pentru ca şi copiii ei, spune că lucrurile stau mult mai bine. Bazându-se pe experienţa sa, şi-a încheiat scrisoarea cu următorul mesaj:

„Rămâneţi acasă lângă copii. Vă veţi scuti de multe necazuri. Vă veţi feri de multe tentaţii. Păstraţi-vă căsnicia deoarece, credeţi-mă, oricât de drăguţ ar fi un bărbat şi oricât de mult v-ar iubi copiii, niciodată nu va fi ca adevăratul lor tată".

Problema tentaţiilor este o chestiune mult prea adesea şi pe nedrept luată în derâdere. Nu mai este la modă să spui că oamenii nu ar trebui să rămână singuri cu membri ai sexului opus. Nu mai este la modă să afirmi că oamenii căsătoriţi nu ar trebui să menţină „prietenii" cu membri ai sexului opus. Nu eşti deloc apreciat dacă spui că oamenii ar trebui să se ferească până şi de aparenţele răului, astfel încât să nu-şi rănească partenerul. Totuşi, dacă sunteţi sensibili la aceste aspecte, relaţia şi partenerul dumneavoastră vor căpăta mai multă valoare. Încercaţi să faceţi măcar acele acţiuni care să vă apere şi să vă menţină devotamentul.

Daţi-mi voie să încerc un articol din coloana A… şi unul din coloana B

„Înainte ca eu şi soţul meu să ne căsătorim, m-am despărţit de el de mai multe ori şi am provocat suferinţă amândurora (el a suferit mult mai mult). Mă despărţeam de el pentru că simţeam nevoia să încerc o relaţie şi cu alţi oameni, ca să pot să am o idee

despre ce îmi doresc. Vă rog să le spuneţi ascultătorilor şi cititorilor dumneavoastră că nu este nevoie să încerce oamenii, aşa cum ar proba haine. Cu cât vă dăruiţi mai des inima, cu atât mai multe cicatrice veţi avea, iar devotamentul faţă de partener va fi din ce în ce mai puţin inocent”.

Cuvintele acestei ascultătoare sunt deosebit de adânci. Este o mare diferenţă între a te întâlni cu cineva ca să îţi dai seama dacă este sau nu partenerul potrivit şi a avea numeroase relaţii, cu tot felul de oameni, ca şi cum ai gusta mai multe sortimente de dulceaţă, sub pretextul că vrei să înţelegi mai bine viaţa.

Dacă oamenii sunt crescuţi într-un cămin intact, plin de iubire, în care religia este o parte însemnată a vieţii lor, dacă şi-au rezervat suficient timp ca să se maturizeze şi să înţeleagă ce este important în viaţă, nu mai există decât dorinţa de a avea alături pe cineva cu care să împartă aceste valori.

Din păcate, în societatea din zilele noastre, aceşti factori nu funcţionează ca să îi ghideze pe oameni în alegerile pe care le fac. În schimb, oamenii se uită în jur, încearcă diverse lucruri ca să vadă modul de acţionare şi ca să-şi dea seama dacă un anumit stil dă rezultate mai bune.

„În timpul studenţiei, toţi prietenii mei mi-au spus că nu puteam rămâne la nesfârşit cu prietena mea din liceu, fiindcă am fi pierdut amândoi experienţa pe care ne-o oferea lumea largă din jurul nostru şi multiplele posibilităţi pe care le-am fi putut avea. Aproape că le-am dat ascultare şi aş fi putut să pierd căsnicia şi fetiţa de care mă bucur atât de mult astăzi, după 15 ani. Poţi alege să ai o viaţă plină de aventuri şi rătăciri sau poţi alege să ai o viaţă plină de profunzime şi siguranţă. Eu prefer cea de-a doua

variantă.

Cel mai trist este faptul că-majoritatea oamenilor preferă prima variantă. Este foarte trist, deoarece trăim într-o societate care nu-şi pregăteşte oamenii şi nu-i sprijină să caute şi să aleagă profunzimea şi siguranţa. În schimb, îi îndeamnă pe oameni să experimenteze, să nu rămână la o singură alegere, să caute ceva mai bun, să obţină ceva diferit; să nu fie niciodată mulţumiţi.

I-am întrebat pe mulţi dintre ascultătorii emisiunii mele de radio, atât bărbaţi, cât şi femei, care intraseră şi ieşiseră din numeroase relaţii stupide, dacă chiar cred că vieţile lor s-ar înrăutăţi în cazul unei căsătorii stabile. După ce se prosteau un pic, aproape toţi mi-au răspuns. „Da, poate că, dacă cineva care m-ar cunoaşte cu adevărat şi ar şti ce îmi doresc, mi-ar face cunoştinţă cu un bărbat/o femeie potrivit/ă, viaţa mea ar fi mult mai bună. Apoi îmi pun întrebări în legătură cu fiorul pe care ţi-l dă căutarea şi dificultăţile care apar când înveţi să iubeşti pe cineva pornind de la zero. Atunci le spun că fiorul îl vor regăsi chiar învăţând să iubească pe cineva de la zero – o persoană care să aibă aceleaşi valori, convingeri etice, idealuri, ţeluri, stil de viaţă şi planuri de viitor. Mă refer la învăţarea în siguranţă!

„Să nu ai alţi dumnezei în afară de mine”, au spus mami şi tati

„Eram căsătoriţi de 11 am şi aveam trei copii mici. Mariajul nostru a fost presărat de la bun început cu probleme din cauza şocrilor. Amândoi ne-am dat seama că mama lui m-a dispreţuit încă de la începutul logodnei noastre. Ne iubeam foarte tare şi am crezut că iubirea noastră va învinge toate greutăţile vieţii. Soţul meu a văzut ce se întâmpla (insulte, umilinţe, uşi trântite), însă oscila între obligaţiile pe care le avea…

faţă de soţie: oare ar trebui să o apere?... faţă de părinţi: ar trebui să îi sprijine?”

Sunt şocată când îmi dau seama cât de mulţi oameni sunt tiranizaţi de un părinte care are în mod clar probleme

atât de tiranizaţi, încât îşi primejduiesc, rănesc sau abandonează relaţiile sănătoase şi fericite pe care le au; astfel de oameni mă sună în timpul emisiunii şi mă întreabă dacă, atunci când îşi aleg un partener cu care părinţii nu sunt de acord, atunci când îşi dojenesc un părinte răutăcios sau când rup legăturile cu un părinte care încearcă în mod clar să le distrugă căsnicia, înseamnă că îşi necinstesc părinţii. Există părinţi atât de nesiguri, bolnavi mintal sau pur şi simplu diabolici, care ar fi capabili să se scufunde şi ei odată cu vieţile copiilor, numai ca să se simtă puternici, importanţi şi să aibă controlul.

Uneori, părinţii operează indirect: oferindu-se să-i ajute cu bani în anumite condiţii, încercând să impresioneze (boli sau necazuri) ca să primească vizite şi sprijin, transformându-şi copiii, acum maturi, în propriii părinţi sau pedepsindu-şi copiii chiar şi pentru faptul că au plantat altfel de iarbă pe peluză decât ar fi vrut părinţii.

Am auzit despre tot felul de situaţii. De curând, un ascultător mi-a povestit că viitoarea lui soacră s-a oferit să îi dea logodnicei un sfert de milion de dolari dacă ea ar fi reuşit să îl convingă să semneze un contract prenupţial în care se menţiona faptul că numele lui nu va apărea pe niciun fel de acte (nici măcar în actul de proprietate al casei).

L-am sfătuit să nu semneze contractul, să nu îi spună nimic logodnicei lui şi să aştepte să vadă dacă ea acceptă banii. I-am mai spus că, dacă logodnica lui lua banii de la mama ei, atunci nu ea era candidata la

căsătorie: ascultătorul meu s-ar fi căsătorit cu mama logodnicei. Câteva zile mai târziu, m-a sunat din nou. Logodnica se hotărâse singură să nu accepte banii. Minunat! Pentru că, dacă s-ar fi despărţit de el din dorinţa de a satisface nevoia nevrotică a mamei ei de a avea controlul şi ura acesteia împotriva bărbaţilor, ar fi fost o „despărţire stupidă", Din moment ce tinerii din ziua de astăzi par mai înclinaţi „să aibă" decât „să câştige", se trezesc obligaţi faţă de) părinţii lor în cele mai nesănătoase moduri. Dacă trăiesc în casa părinţilor sau pe proprietatea lor, ori într-o casă pe care o plătesc părinţii sau din banii pe care li-i dau părinţii, se pare că se întorc la comportamente de tipul „relaţia părinte-copil", ca şi cum ar trebui să fie foarte atenţi să nu-şi piardă banii de buzunar.

Adesea le spun oamenilor: „Dacă nu îţi permiţi să plăteşti cheltuielile de nuntă sau casa în care stai sau hainele de pe tine – atunci înseamnă că nu eşti pregătit pentru căsătorie. Dacă nu-ţi permiţi maşina pe care ţi-o doreşti, sau – rZbna în care vrei să locuieşti, sau jucăriile şi bijuteriile la care visezi, înseamnă că trebuie să le câştigi. Dacă rămâi legat copilăreşte de părinţi, probabil că îţi vei distruge relaţiile de adult".

Probleme psihologice şi emoţionale nesoluţionate a – „Provin dintr-un cămin destrămat, mama mea s-a recăsătorit cu un bărbat care m-a brutalizat, iar singurul sprijin pe care l-am primit a venit din partea acestui om deosebit de drăguţ cu care mă întâlnesc. La un moment dat, i-am sugerat că poate ar trebui să ne întâlnim şi cu alţi oameni, deoarece eu mă simţeam plictisită şi dezorientată. Acum ştiu că am renunţat la un om bun şi amtrânt o inimă care nu merita, doar de dragul noutăţii şi nesiguranţei".

CÂT» Respectul meu de sine era atât de scăzut,

încât, dacă aveam o relaţie minunată, iar bărbatul respectiv începea să ţină la mine, făceam orice ca lucrurile să meargă prost şi să fie nevoit să mă părăsească”.

Ei „M-am despărţit de ea în seara aceea dintr-un singur motiv: nu suportam ideea că ar putea vreodată să mă părăsească ea pe mine. Cel mai trist este faptul că ea nu avea nicio intenţie să rupă relaţia cu mine. Înainte, avusesem o prietenă care m-a înşelat şi mi-a frânt inima, mai ales că era prima mea dragoste. Bănuiesc că nu voiam să mai fiu niciodată abandonat, aşa că am luat iniţiativa şi am părăsit-o eu înainte. Şi în ziua de astăzi mi-e dor de ea. Cred că s-ar putea spune că, încercând să nu fiu rănit de ea, m-am rănit singur”.

ce „Am crescut într-o familie în care lucrurile nu mergeau cum trebuie, iar tatăl meu mă molesta în văzul întregii familii, aşa că nu ştiam ce înseamnă iubirea adevărată – adică nu înainte de a-l cunoaşte pe Ronnie. Puteam să fiu eu însămi, fără ca el să înceteze să mă iubească. Când ne-am logodit, părinţii mei m-au poftit să iau loc la masa din bucătărie şi mi-au spus că Ronnie mă manipula permanent şi că îmi spălase creierul. Mi-au spus că mama era atât de supărată din cauza relaţiei mele, încât ar putea pierde copilul cu care era însărcinată, iar dacă s-ar fi întâmplat acest lucru, era numai vina mea. Aşa că am rupt relaţia cu bărbatul pe care îl iubeam la nebunie şi care ar fi fost omul perfect pentru mine. Părinţii mei au abuzat de încrederea pe care o aveam în ei ca să mă facă să rămân în casa lor şi să-i cresc în continuare pe fraţii mei. A fost o prostie că mi-am ignorat instinctele. Îmi asum responsabilitatea pentru acţiunile mele, continuând terapia. Însă întotdeauna va exista o parte din mine care se va întreba cum de-am putut să fiu

atât de proastă”.

Acestea sunt doar câteva dintre muie de scrisori, faxuri şi mesaje electromcc pe care le primesc de la oameni cate suferă din cauza unor probleme reale şi serioase, provocate de tot felul de realităţi, începând de la simpla imaturita-te şi reacţii dureroase cauzate de abuzuri sau de disfuncţionalitatea căminului părintesc, până la boli mintale. Când vorbesc cu unu dintre aceşti oameni în timpul emisiunii, le reamintesc faptul că orice om este capabil să iubească şi merită să fie iubit.

Diferenţele dintre noi constau în capacitatea fiecăruia de a-şi depăşi limitele propriei persoane şi a se sacrifica pentru ceilalţi, precum şi disponibilitatea de a fi vulnerabil şi deschis faţă de o altă persoană.

Uneori, nu este uşor să dobândeşti aceste calităţi, iai pentru unii oameni, răniţi şi speriaţi din cauza experienţelor trăite în copilărie, este o adevărată provocare. În acest sens trebuie să vă regăsiţi, căutând acea parte de sine care merită: devenind tipul de fiinţă umană care îşi poate deschide inima cu înţelepciune, nu cu cinism. Pentru aceia dintre dumneavoastră care consideră acest lucru o încercare grea, trebuie să ştiţi că promiscuitatea, dependenţa de droguri sau alcool şi îngroparea în muncă nu sunt o soluţie. Adevăratele soluţii sunt analiza propriului suflet, ajutorul unui terapeut, evoluţia spirituală şi asumarea unor riscuri.

Aceste considerente mă determină să-i implor pe preoţi să refuze să oficieze căsătorii între oameni care nu sunt dispuşi să participe cel puţin şase luni la un program de consiliere premaritală. Este cea mai bună oportunitate de a face ceva care vă înspăimântă (să vă confruntaţi cu adevărurile care ţin de propria persoană) şi care este, în acelaşi timp, un lucru

minunat (să deveniţi un om mai deschis şi mai iubitor).

Consideraţi-vă un artist. Oricât de talentat şi creativ aţi fi, fără instrumente bune nu veţi putea niciodată să realizaţi cea mai grozavă operă a dumneavoastră. În calitatea de fiinţă umană care are o relaţie bazată pe iubire şi care vrea să-şi întemeieze un cămin fericit, dumneavoastră înşivă sunteţi, de fapt, instrumentele; aşadar, tot dumneavoastră sunteţi propriile limite. Vă rog, lăsaţi deoparte orgoliul şi aparenţele pentru a putea obţine educaţia sau ajutorul unui terapeut, de care aveţi nevoie ca să deveniţi cele mai performante instrumente posibile pentru dumneavoastră.

Despărţirile stupide apar pentru că nu vreţi să vedeţi ceea ce este cel mai rău în dumneavoastră

— Şi dacă alegeţi să fiţi orb, nu veţi avea niciodată dragostea la care visaţi:

„Greşeala mea a fost că nu mi-am asumat niciodată responsabilitatea pentru defectele mele. Când intram în bucluc, am aşteptat întotdeauna să vină cineva să mă salveze inclusiv Dumnezeu. Şi de cele mai multe ori chiar aşa s-a şi întâmplat. Eram un visător, dar nu aveam niciodată foiţa interioală de a merge până la capăt ca să îmi îndeplinesc visele.

Am fost căsătorit de două ori şi de fiecare dată am repetat aceleaşi greşeli stupide, iar apoi s-a întâmplat ceva şi totul s-a schimbat. Pilotam un avion care transporta echipamente miniere în

Mexic şi avionul s-a prăbuşit în munţi. Ar fi trebuit să fiu mort, dar bunătatea lui Dumnezeu m-a cruţat. Două zile mai târziu, stăteam pe acel munte, viaţa mea era distrusă, şi îmi spuneam că ştiu un alt om care ar face o ţii cabă mai bună cu viaţa mea decât făcusem eu. Habar nu am de ce am spus acele cuvinte

sau cu cine vorbeam, dar, foarte bizar, am simţit cum mi se ridică de pe umeri o greutate imensă, iar pacea şi bucuria s-au aşternut asupra mea şi totul era în regulă, deşi dădusem faliment, îmi pierdusem cea de-a doua căsnicie şi tocmai mă prăbuşisem cu un avion.

Graţie relaţiei cu Dumnezeu şi învăţăturilor din Biblie, m-am căsătorit a treia oară. Iar acest mariaj va fi reuşit, fiindcă mi-am dat seama, în cele din urmă, că iubirea este o decizie, nu un sentiment (devotament, jurăminte de credinţă); sentimentele vin mai târziu. Ne dondănim şi nu suntem întotdeauna de acord, însă nu permitem certurilor noastre să influenţeze sacralitatea căsătoriei noastre".

Din toate scrisorile pe care le-am primit, se pare că singura şi cea mai impresionantă carte care îi poate ajuta pe oameni să îşi concentreze atenţia pe o viaţă plină de semnificaţii şi pe o relaţie plină de satisfacţii este Sfânta Scriptură. Şi cred acest lucru, pentru că oamenii care se deschid în faţa lui Dumnezeu sunt deja pregătiţi să se gândească şi dincolo de propria persoană, sunt mai miloşi în inima şi comportamentul lor, mai hotărâţi să „treacă peste probleme" şi înţeleg mai uşor nivelurile profunde ale satisfacţiilor.

Aşadar, în concluzie, pentru a evita „despărţirile stupide", după ce aţi citit această carte, deschideţi Biblia.

Cuprins

1

Betty Friedon, The Feminine Mystique, Laurel, 1923.